

**Ј Е Л О В Н И К**

За период 09.11. до 13.11.2020.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк*  *09.11.* | Намаз од качкаваља, павлаке и печеног сусама, хлеб, јогурт | Медено срце,  чај са лимуном | Шпагете са туњевином, хлеб,  кисели краставац салата  *јабука* |
| *Уторак*  *10.11.* | Намаз од сувог врата  и крем сира, хлеб, чај | Сутлијаш од проса са чоколадом | Јунећа чорба, мусака од шаргарепе са јунећим месом, хлеб, кисело млеко  *мандарина* |
| *Среда*  *11.11.* |  | *П Р А З Н И К* |  |
| *Четвртак*  *12.11.* | Јунећа печеница, павлака, хлеб, какао | Лења пита са вишњама, чај | Кељ са свињским месом, хлеб  *јабука* |
| *Петак*  *13.11.* | Прженице,  јогурт | Колач од овсених пахуљица са сувим воћем, лимунада | Грашак са јунећим месом, хлеб,  филе паприка салата  *банана* |

НАПОМЕНА: Установа задржава право на евентуалну измену јеловника у случају немогућности набавке појединих намирница.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *ПРОСЕЧНА ЕНЕРГЕТСКА И НУТРИТИВНА ВРЕДНОСТ ЦЕЛОДНЕВНОГ ДЕЧИЈЕГ ОБРОКА* | | | | | | | | | | |
| Енергетска вредност (КЈ) | Беланчевине  (гр) | Масти  (гр) | Угљени хидрати  (гр) | Минерали | | Витамини | | | | |
| Калцијум (мг) | Гвожђе (мг) | А  (μг) | Б1 (мг) | Б2 (мг) | Ц (мг) | Нијацин (мг) |
| *4516,35* | 38,54 | 37,92 | 144,60 | 474,52 | 11,20 | 1192,21 | 0,86 | 0,98 | 137,57 | 6,93 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

Бр.2151/1 датум 27.10.2020. год.

БЕОГРАД – Пожешка број 28  *Марина Бошњак, Jeлена Јовановић*

Тел./факс: 3058-718;3058-717