

 **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