

 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 12.08. до 16.08.2019.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**12.08.* | Намаз од туњевине и крем сира, хлеб, јогурт | Колач од овсених пахуљица са чоколадом и сувим грожђем, чај  | Пасуљ са поврћем и сланином, парадајз салата, хлеб, .бресква |
| *Уторак**13.08.* | Мед, путер, хлеб, млеко | Интегрална штрудла са сиром, чај | Капама од спанаћа са свињским месом, кисело млеко, хлеб, сок |
| *Среда**14.08.* | Намаз од барених јаја, павлаке и печеног сусама, какао | Сутлијаш од проса | Панирани ослић, прилог шаргарепа и кукуруз, хлеб, диња |
| *Четвртак**15.08.* | Качамак са сиром на млеку  | Воћни колач са вишњама, лимунада | Кромпир паприкаш са пилећим месом, краставац салата, хлеб, лубеница |
| *Петак**16.08.* | Намаз од качкаваља и крем сира, хлеб, јогурт | Баклава без кора, чај | Пуњене паприке са мешаним месом, парадајз салата, хлеб, бресква |

 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) |
| 4567,47 | 37,95 | 40,15 | 143,35 | 551,48 | 7,99 | 1344,27 | 0,77 | 1,02 | 98,11 | 5,5 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр. 1985 датум 05.08.2019. god.

БЕОГРАД – Пожешка број 28 *Војка Арсић и Маја Николић*

Тел./факс: 3058-718;3058-717