

 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 14.09. до18.09.2020.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**14.09.* | Намаз од качкаваља и крем сира, хлеб, јогурт | Пудинг од ваниле | Парадајз чорба, запечене тиквице са јајима и павлаком, хлеб, кисело млеко*грожђе* |
| *Уторак**15.09.* | Намаз од сардине и крем сира, хлеб, јогурт | Пита са јабукама, лимунада | Шпагете са јунећим месом, хлеб, мешана салата*бресква* |
| *Среда**16.09.* | Џем, путер, хлеб, млеко | Погачице од ражаног брашна са сиром и семенкама, чај | Капама од блитве са свињским месом, хлеб, кисло млеко*диња* |
| *Четвртак**17.09.* | Јунећа печаница, павлака, хлеб, какао | Кокос колач, чај | Боранија са белим пилећим месом, хлеб, парадајз салата*бресква* |
| *Петак**18.09.* | Качамак са сиром, јогурт | Воћни колач са бресквом, лимунада | Пуњене паприке са мешаним млевеним месом, хлеб, кисело млеко*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) |
| 4385,46 | 35,45 | 39,04 | 137,54 | 586,02 | 6,80 | 1564,31 | 0,64 | 1,02 | 131,61 | 5,53 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр.1775/1 датум 01.09.2020. год.

БЕОГРАД – Пожешка број 28  *Марина Бошњак, Војка Арсић*

Тел./факс: 3058-718;3058-717