

 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 14.10. до 18.10.2019.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**14.10.* | Намаз од туњевине и крем сира, хлеб, јогурт | Медењаци, лимунада | Пасуљ са сувим вратом и сланином, хлеб, мешана салатајабука |
| *Уторак**15.10.* | Шунка, павлака, хлеб, јогурт | Обланда са јабукамаи орасима, сок  | Јунећа чорба, мусака од броколија са мешаним млевеним месом, хлеб, кисело млекокрушка |
| *Среда**16.10.* | Намаз од качакаваља и павлаке, хлеб, какао | Пудинг од ваниле | Ћуфте у парадајз сосу, пиринач, хлебгрожђе |
| *Четвртак**17.10.* | Јунећа печеница, крем сир, хлеб, какао | Колач са маком, лимунада | Вариво од шаргарепе и кромпира са белим пилећим месом, хлеб, парадајз салатакрушка |
| *Петак**18.10.* | Мармелада, путер, хлеб, млеко | Интегралне погачице са сиром и сусамом, чај  | Шпагете са мешаним млевеним месом, парадајз салата, хлебјабука |

 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) |
| 4411,15 | 37,31 | 38,23 | 138,97 | 480,52 | 6,52 | 542,57 | 0,66 | 0,89 | 63,05 | 6,12 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр.2469/1 датум 01.10.2019. god.

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

Тел./факс: 3058-718;3058-717