

 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 18.03. до 22.03.2019.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**18.03.* | Намаз од бареног јајета и крем сира, какао  | Сутлијаш од просоа са какаом | Чорба, запечена боранија са јајима и павлаком, кисело млеко, хлеб , јабука  |
| *Уторак**19.03.* | Џем , путер, хлеб, млеко  | Штапићи са сиром и сусамом, чај са лимуном | Шпагете са туњевином, кисели краставац салата, хлеб, поморанџа |
| *Среда**20.03.* | Намаз од сардине и павлаке, хлеб, чај  | Пита са спанаћем, јогурт | Ђувеч са свињским месом, хлеб, цвекла салата, јабука |
| *Четвртак**21.03.* | Намаз од качкаваља и павлаке, какао  | Кекс обогађен гвожђем , чај са лимуном  | Чорба, мусака од шаргарепе, кисело млеко, хлеб, поморанџа |
| *Петак**22.03.* | Барено јаје, крем сир, хлеб, јогурт | Колач са џемом и чоколадом , чај  | Сладак купус са свињским месом, хлеб, 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) |
| 4487,46 | 37,09 | 41,17 | 137,27 | 562,58 | 8,81 | 890,41 | 0,76 | 0,99 | 93,14 | 6,07 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр. 538/1 датум 05.03.2019. god.

БЕОГРАД – Пожешка број 28 Јелена Јовановић, Војка Арсић

Тел./факс: 3058-718;3058-717