

**Ј Е Л О В Н И К**

За период 18.05. до 22.05.2020.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк*  *18.05.* | Намаз од сардине и крем сира, јогурт | Штапићи са сиром и сусамом, чај | Пасуљ са поврћем, купус салата, хлеб  *Јабука* |
| *Уторак*  *19.05.* | Суви врат, павлака,хлеб, какао | Пудинг | Панирани ослић, пире од спанаћа, кисело млеко, хлеб*,*  *Јабука* |
| *Среда*  *20.05.* | Џем, путер, хлеб  млеко | Проја са сиром,  чај | Кромпир паприкаш са пилећим месом, зелена салата, хлеб  *Јабука* |
| *Четвртак*  *21.05.* | Намаз од качкаваља и крем сира, јогурт | Обланда са кокосом и чоколадом, лимунада | Чорба од поврћа, мусака од тиквица, кисело млеко, хлеб  *Сок од брескве* |
| *Петак*  *22.05.* | Качамак, јогурт | Колач са јабукама, орасима и џемом, млеко | Ризи-бизи са интегралним пиринчем и јунећим месом, хлеб, зелена салата, *Јабука* |

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) |
| 4432,76 | 37,01 | 39,82 | 137,08 | 603,39 | 6,71 | 912,20 | 0,84 | 1,21 | 60,71 | 4,77 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

Бр. 1025датум 11.05.2020. god.

БЕОГРАД – Пожешка број 28 *Мирјана Спасов, Марина Бошњак*

Тел./факс: 3058-718;3058-717