

 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 20.07. до 24.07.2020.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**20.07.* | Намаз од ајвара и крем сира, хлеб, јогурт | Ванилице са кокосом, лимунада | Шпагете са туњевином у парадајз сосу, хлеб, краставац салата*кајсија* |
| *Уторак**21.07.* | Џем, путер, хлеб, чај | Пита зељаница са сиром, јогурт | Пуњене тиквице са мешаним млевеним месом, хлеб, кисело млеко*кајсија* |
| *Среда**22.07.* | Намаз од сланине и крем сира, хлеб, какао | Плазма кекс, ђус | Пилеће печење –батак и карабатак, далматинска гарнитура, хлеб*бресква* |
| *Четвртак**23.07.* | Свињска печеница, павлака, хлеб, млеко | Обланда са сувим воћем, лимунада | Ђувеч са јунећим месом, хлеб, купус салата*лубеница* |
| *Петак**24.07.* | Намаз од сардине и павлаке, хлеб, јогурт | Погачице од ражаног брашна са семенкама, јогурт | Грашак са свињским месом, хлеб, мешана салата*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) |
| 4422,28 | 37,59 | 39,51 | 136,54 | 447,78 | 10,66 | 1082,45 | 0,84 | 0,89 | 85,63 | 8,92 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр.1499/1 датум 06.07.2020. год.

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

Тел./факс: 3058-718;3058-717