

**Ј Е Л О В Н И К**

За период 23.09. до 27.09.2019.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк*  *23.09.* | Намаз од сардине и крем сира, хлеб, јогурт | Кекс плазма и  лимунада | Чорба од поврћа, запечена боранија са јајима и павлаком, кисело млеко, хлеб Грожђе |
| *Уторак*  *24.09.* | Мед, путер, хлеб, млеко | Интегралне мекике, јогурт | Пуњене паприке са мешаним млевеним месом, парадајз салата, хлеб  Шљива |
| *Среда*  *25.09.* | Јунећа печеница, крем сир, хлеб, чај | Гриз са какаом | Динстано свињско месо, вариво од поврћа, хлеб  Банана |
| *Четвртак*  *26.09.* | Качамак са сиром на млеку,јогурт | Воћни колач са вишњама, лимунада | Вариво од шаргарепе и кромпира са пилећим месом, краставац салата, хлеб Јабука |
| *Петак*  *27.09.* | Намаз од шунке и павлаке, хлеб, какао | Проја са сиром,  чај | Јунећи гулаш са макаронама, мешана салата,хлеб  Грожђе |

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) |
| 4396,27 | 36,84 | 40,03 | 134,64 | 489,33 | 6,6 | 702,41 | 0,79 | 0,94 | 92,41 | 7,58 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

Бр.2314 датум 16.09.2019. god.

БЕОГРАД – Пожешка број 28 ***Мирјана Спасов, Јелена Јовановић***

Тел./факс: 3058-718;3058-717