

 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 25.03. до 29.03.2019.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**25.03.* | Намаз од скуше и крем сира, хлеб, јогурт | Колач са јабукама, орасима и џемом, чај са лимуном | Сочиво са поврћем, хлеб, купус салатапоморанџа |
| *Уторак**26.03.* | Качамак са сиром, јогурт | Кекс, чај са лимуном | Ћуфте у парадајз сосу, пире кромпир, хлеб, кисели краставацјабука |
| *Среда**27.03.* | Намаз од качкаваља и павлаке, хлеб, какао | Колач од овсених пахуљица са чоколадом и сувим грожђем, чај | Капама од спанаћа са мешаним млевеним месом, хлеб, кисело млекобанана |
| *Четвртак**28.03.* | Прженице, млеко | Гриз на млеку са какаом  | Панирани ослић, прилог од шаргарепе и кукуруза, хлебјабука |
| *Петак**29.03.* | Џем, путер, хлеб, млеко | Погачице од интегралног брашна са сиром, чај са лимуном | Сарма од киселог купуса са мешаним млевним месом, хлебкомпот од ананаса |

 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) |
| 4496,27 | 36,11 | 39,02 | 143,44 | 512,74 | 6,36 | 856,10 | 0,75 | 0,96 | 74,71 | 5,17 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр. 701 датум 19.03.2019. god.

БЕОГРАД – Пожешка број 28 *Марина Бошњак, Маја Николић*

Тел./факс: 3058-718;3058-717