

**Ј Е Л О В Н И К**

За период 28.01. до 01.02. 2019.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк*  *28.01.* | Намаз од туњевине и крем сира, јогурт | Гриз | Чорба, пекарски кромпир, купус салата, хлеб, јабука |
| *Уторак*  *29.01.* | Џем ,путер, хлеб , млеко | Интегралне погачице, чај | Јунећи гулаш са макаронама, купус салата, хлеб, лимунада |
| *Среда*  *30.01.* | Намаз од качкаваља и павлаке , чај | Пита са јабукама , млеко | Боранија са пилећим белим месом и павлаком, хлеб, јабука |
| *Четвртак*  *31.01.* | Качамак са сиром , јогурт | Кекс , млеко | Панирани ослић , прилог поврће, хлеб, поморанџа |
| *Петак*  *01.02.* | Барено јаје, павлака , 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) |
| 4247,71 | 35,67 | 37,05 | 133,56 | 498,14 | 6,28 | 487,07 | 0,72 | 0,91 | 90 | 6,37 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

Бр.144. датум 21.01.2019. god.

БЕОГРАД – Пожешка број 28 *Јелена Јовановић , Маја Николић*

Тел./факс: 3058-718;3058-717