

 **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