

 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 30.09. до 04.10.2019.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**30.09.* | Намаз од скуше, јаја и крем сира, хлеб, јогурт | Ванилице са орасима, чај  | Пасуљ са поврћем, купус салата, хлеб Шљива |
| *Уторак**01.10.* | Попара са сиром на млеку | Плазма кекс, сок од брескве | Јунећа чорба, мусака од плавог патлиџана, хлеб, кисело млекоЈабука |
| *Среда**02.10.* | Џем, путер, хлеб, чај | Пита са сиром, јогурт | Ризи бизи са јунећим месом, парадајз салата, хлеб Јабука |
| *Четвртак**03.10.* | Намаз од сланине и крем сира, чај  | Пудинг | Пилеће печење(батак и карабатак), пире од спанаћа, кисело млеко, хлеб Банана |
| *Петак**04.10.* | Суви врат, павлака, хлеб, какао | Мраморни колач, чај са лимуном | Кромпир паприкаш са јунећим месом, краставац салата, хлебГрожђе |

 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) |
| 4412,68 | 37,69 | 38,86 | 137,30 | 491,28 | 9,23 | 725,39 | 0,76 | 0,95 | 72,95 | 6,52 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр.2314/1 датум 16.09.2019. god.

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

Тел./факс: 3058-718;3058-717