** Ј Е Л О В Н И К**

За период 30.11. до04.12.2020.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк*  *30.11.* | Намаз од сардине и крем сира, хлеб, јогурт | Обланда са сувим воћем, лимунада | Чорба од поврћа, макарони са сиром и јајима, цвекла салата  *мандарина* |
| *Уторак*  *01.12.* | Мед, путер, хлеб,  млеко | Погачице од хељдиног брашна са сиром,  јогурт | Вариво од шаргарепе и кромпира са јунећим месом, хлеб, филе паприка  *јабука* |
| *Среда*  *02.12.* | Намаз од качакаваља, крем сира и печеног сусама, хлеб, какао | Колач са ананасом,  чај са лимуном | Кељ са свињским месом, хлеб  *поморанџа* |
| *Четвртак*  *03.12.* | Шунка, павлака, хлеб,  млеко | Сутлијаш од проса са чоколадом и сувим грожђем | Фаширана шницла,  прилог поврће, хлеб  *јабука* |
| *Петак*  *04.12.* | Прженице,  јогурт | Пита са бундевом,  чај са лимуном | Грашак са пилећим месом, хлеб,  филе паприка салата  *мандарина* |

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) |
| *4442,18* | *37,57* | *37,96* | *141,11* | *540,62* | *7,03* | *973,43* | *0,89* | *1,08* | *143,60* | *5,98* |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

Бр.2399 датум 23.11.2020. год.

БЕОГРАД – Пожешка број 28  *Марина Бошњак, Јелена Јовановић*

Тел./факс: 3058-718;3058-717