



**Ј Е Л О В Н И К**

За период 22.01.- 26.01.2024.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк*  *22.01.* | Намаз од туњевине и крем сира, хлеб,  јогурт | Пита са бундевом,  чај | Сочиво са поврћем, хлеб,  филе паприка салата  јабука |
| *Уторак*  *23.01.* | Попара са сиром  на млеку | Плазма кекс,  компот | Јунећа чорба, мусака од шаргарепе,  кисело млеко, хлеб  јабука |
| *Среда*  *24.01.* | Намаз од качкаваља и крем сира, хлеб,  какао | Кокос колач,  чај | Кромпир паприкаш са пилећим батаком, цвекла салата, хлеб  мандарина |
| *Четвртак*  *25.01.* | Свињска печеница, павлака, хлеб,  јогурт | Пудинг | Ћуфте у парадајз сосу, пиринач,  кисели краставац салата  јабука |
| *Петак*  *26.01.* | Џем, путер, хлеб,  чај | Погачице од хељдиног брашна са сиром,  јогурт | Сарма од киселог купуса са мешаним млевеним месом, хлеб,  поморанџа |

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) |
| 4409,33 | 37,31 | 37,97 | 139,43 | 540,50 | 7,53 | 683,86 | 0,66 | 0,91 | 76,77 | 5,84 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

Бр. 41 датум 15.01.2024. год.

БЕОГРАД – Пожешка број 28 *Марина Бошњак, Војка Арсић*

Тел: 011/3058-717