



 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 29.01.- 02.02.2024.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**29.01.* | Намаз од сардине и крем сира, хлеб, јогурт | Сутлијаш од проса са какаом | Чорба од поврћа, макарони са сиром и јајима, цвекла салатамандарина |
| *Уторак**30.01.* | Шунка, павлака, хлеб, млеко | Воћни колач са компотом од ананаса, чај | Јунећи гулаш, пире кромпир, кисели краставац салата, хлебјабука |
| *Среда**31.01.* | Намаз од барнеих јаја и крем сира, хлеб, какао | Колач са џемом, чоколадом и сувим грожђем, чај | Сладак купус са свињским месом, хлебјабука |
| *Четвртак**01.02.* | Јунећа печеница, павлака, хлеб, јогурт | Пита са јабукама, лимунада | Ајмокац са пилећим белим месом, динстана шаргарепа, хлебпоморанџа |
| *Петак**02.02.* | Мед, путер, хлеб, чај | Бухтла од ражаног брашна са сиром, јогурт | Пилав од интегралног пиринча са јунећим месом, купус салата, хлебјабука |

 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) |
| 4358,73 | 34,96 | 37,62 | 139,55 | 511,42 | 5,90 | 657,88 | 0,65 | 0,88 | 90,38 | 5,25 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр. 41/1 датум 15.01.2024. год.

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

Тел: 011/3058-717