



**Ј Е Л О В Н И К**

За период 06.02 - 10.02.2023год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк*  *06.02.* | Намаз од качкаваља,  павлаке и печеног сусама,хлеб,јогурт | Јечмене погачице,чај | Пасуљ са поврћем,филе паприка,хлеб,јабука |
| *Уторак*  *07.02.* | Џем,путер,хлеб,млеко | Слана плазма, јогурт | Јунећа чорба,мусака од шаргарепе са мешаним млевеним месом,кисело млеко,хлеб,јабука |
| *Среда*  *08.02.* | Димљена печеница,  павлака,хлеб,какао | Овсени колач са чоколадом и сувим воћем,чај | Вариво од поврћа са пилећим батаком,кис краставац,хлеб,поморанџа |
| *Четвртак*  *09.02.* | Намаз од скуше и крем сира,хлеб,јогурт | Колач са џемом и чоколадом,чај | Кромпир паприкаш са јунећим месом,цвекла салата,хлеб,јабука |
| *Петак*  *10.02.* | Кајгана,хлеб,чај | Пудинг | Панирани ослић,пире од спанаћа,кисело млеко,хлеб,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) |
| 4336,84 | 35,86 | 37,25 | 138,17 | 551,38 | 9,64 | 1449,68 | 0,76 | 1,06 | 111,11 | 4,29 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

Бр. 193 датум 31.01.2023. год.

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

Тел./факс: 3058-717