******

***Ј е л о в н и к***

**за период: 09.01 - 13.01.2023.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **датум** | **Доручак** | **Ужина** | **Ручак** |
| ***понедељак***  ***09.01.*** | Мед, путер, хлеб, млеко | Интегралне погачице са сиром и сусамом, чај | Сочиво са сланином, купус салата, хлеб, јабука |
| ***уторак***  ***10.01.*** | Прженице, јогурт | Гриз | Панирани ослић, шаргарепа и кукуруз, хлеб, јабука |
| ***среда***  ***11.01.*** | Намаз од скуше и крем сира, хлеб, јогурт | Пита са вишњама, чај | Пилав са интегралним пиринчем и пилећим филеом, кис.паприка, хлеб, јабука |
| ***четвртак***  ***12.01.*** | Намаз од качкаваља, крем сира и сусама, хлеб, какао | Колач са бундевом, млеко | Сарма од киселог купуса, хлеб, јабука |
| ***петак***  ***13.01.*** | Димљена свињска печеница, павлака, хлеб, какао | Колач са јабукама, орасима и џемом, чај | Кромпир паприкаш са јунећим месом, цвекла салата, хлеб, јабука |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **енергетска вредност** | **беланчевине** | **масти** | **угљени**  **хидрати** | **минерали** | | **витамини** | | | | |
| **Са** | **Fe** | **А** | **Б1** | **Б2** | **С** | **РР** |
| 4556,83 | 35,76 | 40,03 | 145,15 | 477,62 | 5,71 | 606,97 | 0,58 | 0,88 | 63,18 | 4,53 |

**\**установа задржава право промене јеловника* *из техничких разлога***

нутрициониста установе ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА

Бр: 3198 датум 26.12.2022.год. ***Војка Арсић, Марина Бошњак***

БЕОГРАД, Пожешка број 28

Тел: 011/3058-717