

 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 04.02. до 08.02.2019.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**04.02.* | Намаз од барених јаја, павлаке и печеног сусама, какао | Пудинг  | Чорба, макарони са сиром и јајима, купус салата, јабука |
| *Уторак**05.02.* | Намаз од сардине и крем сира,хлеб, јогурт | Воћни колач са вишњама, чај  | Вариво од шаргарепе и кромпира са јунећим месом, хлеб, јабука  |
| *Среда**06.02.* | Мед, путер , хлеб , чај са лимуном  | Штапићи са сиром и сусамом, јогурт | Пилећа супа, интегрални пилав са пилећим белим месом, хлеб, поморанџа |
| *Четвртак**07.02.* | Попара са сиром на млеку  | Домаћи овсени кекс са чоколадом, чај са лимуном  | Грашак са јунећим месом, салата од купуса и шаргарепе, хлеб, лимунада  |
| *Петак**08.02.* | Намаз од качкаваља и путера, хлеб, чај  | Слани кекс, јогурт | Панирани ослић, пире од спанаћа, кисело млеко, хлеб, банана |

 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) |
| 4351,97 | 35,90 | 37,58 | 138,31 | 561,84 | 6,36 | 1074,01 | 0,75 | 1,04 | 84,74 | 4,84 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр.144/1. датум 21.01.2019. god.

БЕОГРАД – Пожешка број 28 *Јелена Јовановић , Маја Николић*

Тел./факс: 3058-718;3058-717