

**Ј Е Л О В Н И К**

За период 04.03. до 08.03.2019.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк*  *04.03.* | Намаз од барених јаја, павлаке и печеног сусама, какао | Ванилице са кокосом, чај | Пасуљ са поврћем, хлеб, купус салата,  јабука |
| *Уторак*  *05.03.* | Намаз од скуше и крем сира, хлеб, јогурт | Кекс и сок | Парадајз чорба са овсеним пахуљицама, мусака од карфиола, кисело млеко, хлеб, јабука |
| *Среда*  *06.03.* | Намаз од качкаваља и крем сира, хлеб, какао | Воћни колач са вишњама, чај | Вариво од шаргарепе и кромпира са јунећим месом, хлеб, јабука |
| *Четвртак*  *07.03.* | Омлет са сиром, хлеб, јогурт | Пудинг | Панирани ослић, пире од спанаћа, кисело млеко, хлеб, поморанџа |
| *Петак*  *08.03.* | Мед, путер, хлеб, млеко | Пројара са сиром, чај | Грашак са пилећим месо, купус салата, 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) |
| 4453,48 | 37,16 | 38,02 | 142,06 | 558,62 | 8,47 | 1059,88 | 0,92 | 1,17 | 122,96 | 5,37 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

Бр. 446 датум 25.02.2019. god.

БЕОГРАД – Пожешка број 28 *Војка Арсић, Маја Николић*

Тел./факс: 3058-718;3058-717