

**Ј Е Л О В Н И К**

За период 09.12. до 13.12.2019.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк*  *09.12.* | Намаз од скуше и крем сира, хлеб, јогурт | Кокос колач,  млеко | Пасуљ са поврћем, хлеб,  филе паприка салата  Јабука |
| *Уторак*  *10.12.* | Качамак са сиром  на млеку | Колач са бундевом, сок од поморанџе | Динстана јунетина,  пире кромпир, хлеб, цвекла салата  Мандарина |
| *Среда*  *11.12.* | Мед, путер, хлеб,  чај | Бухтла са сиром,  јогурт | Пилећа супа, пилав са пилећим белим месом, хлеб, купус салата  Јабука |
| *Четвртак*  *12.12.* | Намаз од сланине,  крем сира и печеног сусама, хлеб, какао | Пудинг  од ваниле | Панирани ослић,  прилог кувани кукуруз и шаргарепа, хлеб  Јабука |
| *Петак*  *13.12.* | Јунећа печеница, путер, хлеб  какао | Пица,  чај са лимуном | Сарма од киселог купуса, хлеб  Поморанџа |

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) |
| 4422.59 | 35.90 | 38.41 | 140.64 | 510.69 | 5.96 | 530.12 | 0.66 | 0.91 | 86.46 | 4.82 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

Бр. 3051/1 датум 25.11.2019. год.

БЕОГРАД – Пожешка број 28 *Марина Бошњак, Мирјана Спасов*

Тел./факс: 3058-718;3058-717