

 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 18.11. до 19.11.2019.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**18.11.* | Намаз од сланине и крем сира, јогурт | Слани кекс, чај са лимуном | Чорба од поврћа, запечени макарони са сиром и јајима, цвекла салата, хлеб, Јабука  |
| *Уторак**19.11.* | Попара са сиром на млеку | Пудинг | Ћуфте у парадајз сосу, прилог пиринач, хлеб, Крушка |
| *Среда**20.11.* | Јунећа печеница, крем сир, хлеб, какао | Колач са маком, лимунада | Вариво од шаргарепе и кромпира са пилећим месом, купус салата, хлеб, Мандарина |
| *Четвртак**21.11.* | Намаз од шунке и павлаке, какао | Обланда са кокосом и чоколадом, чај | Мусака од карфиола, кисело млеко, хлеб,Сок од поморанџе |
| *Петак**22.11.* | Џем, путер, хлеб, млеко | Погача са сиром, лимунада | Боранија са јунећим месом, кисели краставац салата, 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) |
| 4349,17 | 36,08 | 39,35 | 134,10 | 543,47 | 5,72 | 630,83 | 0,72 | 0,97 | 103,49 | 6,42 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр.2921 датум 12.11.2019. god.

БЕОГРАД – Пожешка број 28 Мирјана Спасов, Војка Арсић

Тел./факс: 3058-718;3058-717