



 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 02.03. до 06.03.2020.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**02.03.* | Намаз од скуше и павлаке , јогурт | Плазма кекс , чај са лимуном  | Парадајз чорба, запечени карфиол са јајима и павлаком, хлеб, кисело млеко, јабука |
| *Уторак**03.03.* | Попара са сиром на млеку  | Кокос колач, млеко  | Грашак са јунећим месом, цвекла салата, хлеб, јабука |
| *Среда**04.03.* | Намаз од качкаваља и путера, јогурт | Лења пита са вишњама, чај  | Ђувеч са пилећим белим месом, купус салата, хлеб, мандарина  |
| *Четвртак**05.03.* | Мед , путер, хлеб, млеко  | Погачице са сиром и сусамом, чај са лимуном  | Ризи бизи са јунећим месом , филе паприка, хлеб, јабука  |
| *Петак**06.03.* | Намаз од сланине , крем сира и печеног сусама, какао |  Пудинг  | Панирани ослић, прилог динстана шаргарепа и кукуруз, 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) |
| 4448,44 | 37,21 | 41,07 | 135,08 | 584,90 | 6,49 | 876,57 | 0,71 | 1,04 | 111,54 | 5,79 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр. 546/1 датум 18.02.2020. год.

БЕОГРАД – Пожешка број 28  *Јелена Јовановић, Марина Бошњак, Војка Арсић*

Тел./факс: 3058-718;3058-717