

**Ј Е Л О В Н И К**

За период 09.03. до 13.03.2020.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк*  *09.03.* | Намаз од качкаваља и павлаке са печеним сусамом, хлеб, јогурт | Гриз на млеку  са какаом | Чорба од поврћа,  пекарски кромпир, хлеб, цвекла салата  *јабука* |
| *Уторак*  *10.03.* | Мармелада, путер, хлеб, млеко | Интегралне погачице са сиром и сусамом, чај | Капама од спанаћа  са свињским месом, хлеб, кисело млеко  *мандарина* |
| *Среда*  *11.03.* | Суви врат, павлака, хлеб, какао | Плазма кекс,  компот од ананаса | Фаширана шницла од  мешаног млевеног меса, прилог поврће, хлеб  *јабука* |
| *Четвртак*  *12.03.* | Намаз од сланине  и крем сира, хлеб, какао | Обланда  са кокосом и чоколадом, лимунада | Панирани ослић,  прилог пиринач, хлеб, филе паприка салата,  *поморанџа* |
| *Петак*  *13.03.* | Прженице,  јогурт | Пита са јабукама,  чај | Боранија са белим пилећим месом  и павлаком, хлеб  *јабука* |

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) |
| 4535,56 | 35,33 | 39,68 | 145,12 | 513,52 | 6,15 | 866,03 | 0,76 | 0,93 | 82,87 | 6,06 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

Бр.680 датум 02.03.2020. год.

БЕОГРАД – Пожешка број 28  *Марина Бошњак, Jелена Јовановић*

Тел./факс: 3058-718;3058-717