

**Ј Е Л О В Н И К**

За период 11.01.- 15.01.2021.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк*  *11.01.* | Намаз од сардине, јаја и крем сира, чај | Пудинг | Сочиво са сланином, купус салата, хлеб  *Мандарина* |
| *Уторак*  *12.01.* | Попара са сиром на млеку | Воћни колач са вишњама, чај | Чорба од поврћа, ризи бизи са јунећим месом, кисели краставац салата, хлеб, *Поморанџа* |
| *Среда*  *13.01.* | Намаз од качкаваља и павлаке, јогурт | Слани кекс,  чај са лимуном | Пилеће печење (батак и карабатак), пире кромпир, цвекла салата, хлеб, *Мандарина* |
| *Четвртак*  *14.01.* | Јунећа печеница, крем сир, хлеб, какао | Лења пита са јабукама,  млеко | Сладак купус са свињским месом, хлеб,  *Воћни сок* |
| *Петак*  *15.01.* | Џем, путер, хлеб, млеко | Штапићи са сусамом и сиром, чај са лимуном | Шпагете са млевеним јунећим месом, филе паприка 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) |
| 4414,18 | 37,10 | 39,40 | 136,80 | 530,23 | 8,21 | 508,80 | 0,74 | 0,92 | 120,82 | 5,37 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

Бр.7 датум 04.01.2021. god.

БЕОГРАД – Пожешка број 28  *Мирјана Спасов, Јелена Јовановић*

Тел./факс: 3058-718;3058-717