

 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 16.03. до 20.03.2020.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**16.03.* | Намаз од туњевине и крем сира, хлеб, јогурт | Колач са шаргарепом, чај са лимуном | Пасуљ са сланином, хлеб,кисела салата*банана* |
| *Уторак**17.03.* | Кајгана, хлеб, чај | Сутлијаш од проса са какаом | Парадајз чорба са овсеним пахуљицама, мусака од карфиола, хлеб, кисело млеко*мандарина* |
| *Среда**18.03.* | Мед, путер, хлеб, млеко | Слана плазма, јогурт | Пилеће печење (батак и карабатак), пире кромпир, хлеб*јабука*  |
| *Четвртак**19.03.* | Намаз од шунке и крем сира, хлеб, какао | Медено срце, млеко | Шпагете са јунећим млевеним месом, хлеб, купус салата*поморанџа* |
| *Петак**20.03.* | Јунећа печеница, павлака, хлеб, јогурт | Баклава са маком, лимунада | Ђувеч са свињским месом, хлеб,кисели краставац салата*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) |
| 4509,02 | 38,64 | 38,36 | 143,11 | 499,52 | 9,84 | 538,59 | 0,87 | 1,08 | 96,20 | 5,62 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр.680/1 датум 02.03.2020. год.

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

Тел./факс: 3058-718;3058-717