

**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