



 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 20.09.-24.09.2021.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**20.09.* | Намаз од туњевине и крем сира, хлеб, какао | Ванилице са кокосом, лимунада | Сочиво са поврћем, мешана салата, хлеб, Крушка |
| *Уторак**21.09.* | Мед, путер, хлеб, млеко | Слана плазма, чај | Гулаш од свињског меса са макаронама, хлеб, крставац салата, Јабука |
| *Среда**22.09.* | Качамак са сиром, јогурт | Штрудла са маком, млеко | Вариво од шаргарепе и кромпира са пилећим месом, парадајз салата, хлеб, Јабука |
| *Четвртак**23.09.* | Димљена свињска печеница, павлака, хлеб, чај | Сутлијаш од проса са чоколадом | Динстана јунећа шницла, прилог грашак, хлеб, Банана |
| *Петак**24.09.* | Намаз од качкаваља и павлаке, јогурт | Пита са вишњама, чај | Отворена пуњена паприка са мешаним млевеним месом, кисело млеко, хлеб, Грожђе |

 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) |
| 4526,85 | 37,62 | 41,27 | 138,85 | 483,24 | 7,35 | 777,22 | 0,95 | 1,07 | 82,82 | 6,04 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр. 2060 датум 13.09.2021. год.

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

Тел./факс: 3058-718;3058-717