

 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 25.01-29.01.2021.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**25.01.* | Намаз од бареног јајета,крем сира и печеног сусама,какао | Штапићи са сиром и сусамом,јогурт | Кромпир паприкаш са кнедлама,купус салата,хлеб,поморанџа |
| *Уторак**26.01.* | Свињска печеница,путер,јогурт | Сутлијаш од проса са чоколадом | Парадајз чорба,мусака од карфиола,кисело млеко,хлеб,мандарина |
| *Среда**27.01.* | Намаз од шунке павлаке, хлеб, какао | Слана плазма, чај са лимуном | Фаширана шницла,пире кромпир, кисели краставац,хлеб, поморанџа |
| *Четвртак**28.01.* | Џем ,путер,хлеб,млеко | Погачице од ражаног брашна са сиром,чај | Отворена сарма са млевеним месом,хлеб, банана  |
| *Петак**29.01.* | Прженице,јогурт | Штрудла са орасима, чај | Грашак са пилећим белим месом,филе паприка,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) |
| 4430,05 | 37,51 | 39,42 | 137,28 | 523,98 | 6,90 | 477,06 | 0,96 | 1,15 | 129,93 | 5,30 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр.92 датум 18.01.2021. god.

БЕОГРАД – Пожешка број 28  *Јелена Јовановић, Војка Арсић*

Тел./факс: 3058-718;3058-717