



 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 27.09.-01.10.2021.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**27.09.* | Намаз од скуше и крем сира, хлеб, јогурт | Пудинг | Чорба од поврћа, макарони са сиром и јајима, мешана салата, Јабука |
| *Уторак**28.09.* | Намаз од шунке и павлаке, хлеб, какао | Интегрална штрудла са сиром, чај | Боранија са свињским месом, парадајз салата, хлеб, Крушка |
| *Среда**29.09.* | Попара са сиром на млеку | Плазма кекс, ђус | Пилеће печење батак и карабатак, интегрални пиринач, краставац салата, хлеб Грожђе |
| *Четвртак**30.09.* | Намаз од сланине и крем сира, хлеб, јогурт | Обланда са сувим воћем, лимунада | Јунећа чорба, мусака од шаргарепе, кисело млеко, хлеб, Јабука |
| *Петак**01.10.* | Јунећа печеница, путер, хлеб, какао | Пита са јабукама, чај | Сладак купус са јунећим месом, хлеб, 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) |
| 4384,24 | 36,92 | 39,47 | 135,08 | 543,10 | 8,07 | 738,14 | 0,74 | 0,99 | 63,76 | 6,33 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр. 2060/1 датум 13.09..2021. год.

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

Тел./факс: 3058-718;3058-717