

**Ј Е Л О В Н И К**

За период 05.07-09.07.2021.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк*  *05.07.* | Намаз од сардине и павлаке,јогурт | Гриз | Чорба од поврћа ,макарони са сиром и јајима запечени,купус салата,хлеб,јабука |
| *Уторак*  *06.07.* | Јунећа, печеница  павлака,хлеб ,млеко | Пита са вишњама ,чај | Капама од спанаћа са свињским месом,кисело млеко,хлеб,јабука |
| *Среда*  *07.07.* | Џем, путер,хлеб,млеко | Интегралне погачице са сиром,јогурт | Пуњене тиквице,кисело млеко, хлеб,банана |
| *Четвртак*  *08.07.* | Качамак са сиром, јогурт | Колач са јабукама орасима и џемом,чај | Пилав са пилећим белим месом,парадајз салата,хлеб,сок |
| *Петак*  *09.07.* | Намаз од качкаваља,крем сира и печеног сусама,какао | Обланда са кокосом и чоколадом,чај | Панирани ослић,пире кромпир,краставац салата,хлеб,лимунада |

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) |
| 4425,79 | 36,97 | 39,70 | 136,97 | 606,58 | 5,01 | 759,53 | 0,68 | 1,05 | 80,97 | 4,81 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

Бр. 1368/1 датум 21.06.2021. god.

БЕОГРАД – Пожешка број 28 *Јелена Јовановић*

Тел./факс: 3058-718;3058-717