



**Ј Е Л О В Н И К**

За период 07.11.- 10.11.2022.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк*  *07.11.* | Намаз од туњевине и крем сира, хлеб,  јогурт | Обланда са  сувим воћем и чоколадом,  чај | Парадајз чорба са овсеним пахуљицама, запечени карфиол са јајима и павлако, хлеб, кисело млеко, јабука |
| *Уторак*  *08.11.* | Мармелада, путер, хлеб, млеко | Бухтла са пица филом,  чај | Грашак са свињским месом, хлеб,  филе паприка салата  кашасти сок |
| *Среда*  *09.11.* | Јунећа печеница, павлака, хлеб,  јогурт | Колач са јабукама, орасима и џемом,  млеко | Вариво од шаргарепе и кромпира  са пилећим месом, цвекла салата, хлеб  поморанџа |
| *Четвртак*  *10.11.* | Намаз од сланине и крем сира, хлеб,  млеко | Штрудла са маком,  чај | Шпагете са јунећим месом,  купус салата, хлеб  јабука |
| *Петак*  *11.11.* | Н Е Р А Д Н И Д А Н | | |

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) |
| 4220,69 | 35,53 | 38,85 | 128,20 | 487,39 | 6,49 | 731,66 | 0,76 | 0,93 | 90,79 | 6,30 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

Бр. 2554/1 датум 24.10.2022. год.

БЕОГРАД – Пожешка број 28  *Марина Бошњак, Мирјана Спасов*

Тел./факс: 3058-717