



 **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 салатакашасти 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, хлебпоморанџа |
| *Четвртак**10.11.* | Намаз од сланине и крем сира, хлеб, млеко | Штрудла са маком, чај | Шпагете са јунећим месом, купус салата, хлебјабука |
| *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