



 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 08.08-12.08.2022.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**08.08.* | Намаз од сардине и павлаке,хлеб,јогурт | Колач са шаргарепом,чај | Пасуљ са поврћем,мешана салата,хлеб,нектарина  |
| *Уторак**09.08.* | Свињска печеница,путер,хлеб,какао | Плазма кекс,сок | Панирани ослић,прилог шаргарепа и кукуруз,хлеб,диња |
| *Среда**10.08.* | Џем,путер,хлеб,млеко | Проја са сиром,јогурт | Пилав од интегрлног пиринча са пилећим белим месом,парадајз салата,хлеб,лубеница |
| *Четвртак**11.08.* | Намаз од качкаваља,крем сира и печеног сусама,хлеб,јогурт | Медено срце,чај | Вариво од поврћа са јунећим месом,краставац салата,хлеб,нектарина  |
| *Петак**12.08.* | Намаз од шунке и крем сира,хлеб,чај | Интегралне погачице,јогурт | Кромпир паприкаш са свињским месом,парадајз салата,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) |
| 4312,14 | 35,22 | 38,23 | 135,23 | 462,75 | 6,72 | 1115,97 | 0,85 | 0,94 | 70,76 | 7,0 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр. 1862 датум 01.08.2022. год.

БЕОГРАД – Пожешка број 28 *Јелена Јовановић, Марина Бошњак,*

Тел./факс: 3058-717