

**Ј Е Л О В Н И К**

За период 11.07-15.07.2022.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк*  *11.07.* | Намаз од скуше  и крем сира, хлеб,  јогурт | Пудинг  од ваниле | Чорба од поврћа, запечени  макарони са сиром и јајима, краставац салата  кајсија |
| *Уторак*  *12.07.* | Јунећа печеница, путер, хлеб,  какао | Колач са јабукама, орасима и џемом, чај | Пуњене паприке са млевеним  јунећим месом, хлеб, кисело млеко  диња |
| *Среда*  *13.07.* | Мед, путер, хлеб,  чај | Интегрални штапићи са сиром и сусамом, јогурт | Пелеће бело месо у бешамел сосу, прилог интегрални пиринач, хлеб, парадајз салата  лубеница |
| *Четвртак*  *14.07.* | Намаз од димљене печенице и крем сира, хлеб, млеко | Обланда са кокосом и чоколадом, ђус | Панирани ослић,  прилог од поврћа, хлеб,  диња |
| *Петак*  *15.07.* | Качамак са сиром, јогурт | Колач са вишњама, лимунада | Боранија са јунећим месом,  хлеб, купус салата  бресква |

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) |
| 4210,72 | 36,45 | 37,60 | 129,40 | 512,14 | 5,63 | 1212,06 | 0,63 | 0,98 | 107,25 | 5,59 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

Бр. 1631 датум 05.07.2022. год.

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

Тел./факс: 3058-717