

 **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, запеченимакарони са сиром и јајима, краставац салатакајсија |
| *Уторак**12.07.* | Јунећа печеница, путер, хлеб, какао | Колач са јабукама, орасима и џемом, чај | Пуњене паприке са млевеним јунећим месом, хлеб, кисело млекодиња |
| *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 салаталубеница |
| *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 салатабресква |

 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