***Ј е л о в н и к ***

**за период: 14.03-18.03.2022**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **датум** | **Доручак** | **Ужина** | **Ручак** |
| ***понедељак***  ***14.03.*** | Намаз од барених јаја и крем сира,хлеб,јогурт | Гриз | Чорба од поврћа,макарони са сиром и јајима запечени,кисели краставац,јабука |
| ***уторак***  ***15.03.*** | Качамак са сиром на млеку | Мраморни колач,чај | Капама од спанаћа са јунећим млевеним месом,кисело млеко,хлеб,банана |
| ***среда***  ***16.03.*** | Мед,путер,хлеб,млеко | Интегралне почагице са сиром и семенкама,чај | Ђувеч са пилећим белим месом,купус салата,хлеб,јабука |
| ***четвртак***  ***17.03.*** | Намаз од сланине и крем сира,хлеб,јогурт | Пита са бундевом,чај | Сладак купус са јунећим месом,хлеб,поморанџа |
| ***петак***  ***18.03.*** | Шунка ,павлака  ,хлеб,какао | Слана плазма,јогурт | Панирани ослић,пире кромпир,цвекла салата,хлеб,мандарина |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **енергетска вредност** | **беланчевине** | **масти** | **угљени**  **хидрати** | **минерали** | | **витамини** | | | | |
| **Са** | **Fe** | **А** | **Б1** | **Б2** | **С** | **РР** |
| 4428,74 | 37,64 | 37,81 | 140,57 | 607,38 | 6,29 | 833,11 | 0,63 | 0,98 | 104,80 | 4,90 |

**\**установа задржава право промене јеловника* *из техничких разлога***

нутрициониста установе ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА

Б: 440/1 датум 28.02.2022.год.

БЕОГРАД, Пожешка број 28 Тел: 011/3058-717  ***Јелена Јовановић,Марина Бошњак***