

 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 25.07.- 29.07.2022.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**25.07.* | Намаз од туњевине и крем сира, хлеб, јогурт | Домаћи овсени кекс, чај | Сочиво са поврћем, купус салата, хлеб, Бресква |
| *Уторак**26.07.* | Качамак, јогурт | Лења пита са вишњама,чај | Јунећа чорба, ризи бизи, парадајз салата, хлеб, Јабука |
| *Среда**27.07.* | Намаз од качкаваља и крем сира, хлеб, какао | Плазма кекс, чај са лимуном | Панирани ослић, прилог поврће, хлеб, Лубеница |
| *Четвртак**28.07.* | Мед, путер, хлеб, млеко | Пица бухтла, чај | Сладак купус са јунећим месом, хлеб,Сок од поморанџе |
| *Петак**29.07.* | Свињска печеница, павлака, хлеб, какао | Интегралне погачице са сиром и сусамом, чај | Пуњене паприке са мешаним млевеним месом, кисело млеко, хлеб, Диња |

 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) |
| 4301,53 | 37,21 | 36,01 | 137,44 | 455,21 | 7,19 | 892,07 | 0,77 | 0,89 | 128,06 | 6,23 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр. 1739 датум 18.07.2022. год.

БЕОГРАД – Пожешка број 28  *Мирјана Спасов , Јелена Јовановић*

Тел./факс: 3058-717