



 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 31.10.- 04.11.2022.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**31.10.* | Намаз од скуше и крем сира, хлеб, јогурт | Пита са сувим шљивама, чај | Пасуљ са сланином, хлеб, мешана салатагрожђе |
| *Уторак**01.11.* | Димљена печеница, павлака, хлеб, млеко | Интегралне погачице са семенкама, чај | Пуњене паприке са мешаним млевеним месом, хлеб, кисело млекокрушка |
| *Среда**02.11.* | Мармелада, путер, хлеб, млеко | Кукурузни штапићи,јогурт | Пилећа супа, пилав од интегралног пиринча са пилећим белим месом, цвекла салата, хлебјабука |
| *Четвртак**03.11.* | Прженице, јогурт | Штрудла са џемом, чај | Ђувеч са јунећим месом, купус салата, хлебмандарина |
| *Петак**04.11.* | Намаз од качкаваља и путера, хлеб, млеко | Плазма кекс, ђус | Панирани ослић, прилог шаргарепа и кукуруз, хлебјабука |

 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) |
| 4466,75 | 34,86 | 38,43 | 144,24 | 451,08 | 6,44 | 728,37 | 0,73 | 0,87 | 119,51 | 6,12 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр. 2554датум 24.10.2022. год.

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

Тел./факс: 3058-717