



**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 салата  грожђе |
| *Уторак*  *01.11.* | Димљена печеница, павлака, хлеб,  млеко | Интегралне погачице  са семенкама,  чај | Пуњене паприке са мешаним млевеним месом, хлеб, кисело млеко  крушка |
| *Среда*  *02.11.* | Мармелада, путер, хлеб, млеко | Кукурузни штапићи,  јогурт | Пилећа супа, пилав од интегралног пиринча са пилећим белим месом, цвекла салата, хлеб  јабука |
| *Четвртак*  *03.11.* | Прженице,  јогурт | Штрудла са џемом,  чај | Ђувеч са јунећим месом,  купус салата, хлеб  мандарина |
| *Петак*  *04.11.* | Намаз од качкаваља и путера, хлеб,  млеко | Плазма кекс,  ђус | Панирани ослић,  прилог шаргарепа и кукуруз, хлеб  јабука |

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