



 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 06.03.- 10.03.2023.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**06.03.* | Намаз од скуше и крем сира, хлеб, јогурт | Пита са вишњама, чај | Пасуљ са поврћем, купус салата, хлеб, Јабука |
| *Уторак**07.03.* | Барено јаје, павлака, хлеб, млеко | Мраморни колач, чај са лимуном | Ђувеч са јунећим месом, филе паприка салата, хлеб, Поморанџа |
| *Среда**08.03.* | Шунка, крем сир, хлеб, чај | Слана плазма, јогурт | Јунећа чорба, мусака од шаргарепе, кисело млеко, хлеб, Јабука |
| *Четвртак**09.03.* | Мед, путер, хлеб, млеко | Кукурузни штапићи,јогурт | Пилав са интегралним пиринчем и пилећим филеом, цвекла салата, хлеб, Поморанџа |
| *Петак**10.03.* | Намаз од качкаваља и павлаке, хлеб, чај | Проја са сиром, јогурт | Сладак купус са свињским месом, хлеб, Банана |

 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) |
| 4281,34 | 35,89 | 37,80 | 133,69 | 484,48 | 6,32 | 765,94 | 0,83 | 1,00 | 100,53 | 4,90 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр.386 датум 27.02.2023. год.

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

Тел./факс: 3058-717