******

***Ј е л о в н и к***

**за период: 12.10- 16.10. 2020**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **датум** | **Доручак** | **Ужина** | **Ручак** |
| ***понедељак*** ***12.10.*** | Намаз од качаваља и павлаке, млеко | Колач са јабукама орасима и џемом,лимунада | Шпагете са туњевином,мешана салата,хлеб, јабука |
| ***уторак*** ***13.10.*** | Шунка, павлака, хлеб, какао | Гриз са чоколадом | Фаширана шницла, пире кромпир,краставац салата,хлеб,крушка |
| ***среда******14.10.*** | Омлет са паприком, хлеб, јогурт | Пита са вишњама, чај | Пуњене тиквице, кисело млеко,хлеб, јабука |
| ***четвртак******15.10.*** | Намаз од сланине и крем сира,јогурт | Плазма кекс, сок | Пилеће печење(батак,карабатак), динстани грашак,хлеб,грожђе |
| ***петак******16.10.*** | Мед, путер,хлеб,млеко | Погачице од јечменог брашна са семенкама,јогурт | Капама од блитве са свињским месом,кисело млеко, хлеб,јабука |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **енергетска вредност** | **беланчевине** | **масти** | **угљени****хидрати** | **минерали** | **витамини** |
| **Са** | **Fe** | **А** | **Б1** | **Б2** | **С** | **РР** |
| 4489,02 | 38,43 | 40,05 | 138,45 | 520,07 | 10,13 | 1152,19 | 0,81 | 1,03 | 74,03 | 7,28 |

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

нутрициониста установе

 *Јелена Јовановић, Марина Бошњак*

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА

Бр.1947/1 датум 28.09.2020.год.

БЕОГРАД, Пожешка број 28 Тел/факс: 3058-718;3058-717