



 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 13.03.- 17.03.2023.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**13.03.* | Намаз од туњевине и крем сира, хлеб, јогурт | Пудинг | Чорба од поврћа, француски кромпир, кисели краставац салата, хлеб, Јабука |
| *Уторак**14.03.* | Џем, путер, хлеб, млеко | Штапићи од интегралног брашна са сиром и сусамом, чај са лимуном | Јунећи гулаш са макаронама, цвекла салата, хлеб, Јабука |
| *Среда**15.03.* | Димљена печеница, павлака, хлеб, какао | Домаћи овсени кекс са чоколадом и сувим воћем, чај  | Вариво од поврћа са пилећим батаком, кисели краставац салата, хлеб, Поморанџа |
| *Четвртак**16.03.* | Качамак са сиром, јогурт | Воћни колач са бресквом, лимунада | Боранија са јунећим месом и павлаком, хлеб, Јабука |
| *Петак**17.03.* | Намаз од качкаваља и путера, хлеб, јогурт | Плазма кекс, млеко | Панирани ослић, прилог кукуруз и шаргарепа, хлеб, Поморанџа |

 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) |
| 4426,89 | 36,16 | 39,11 | 139,13 | 563,82 | 7,90 | 929,72 | 0,70 | 1,01 | 80,54 | 6,15 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр. 386/1 датум 27.02.2023. год.

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

Тел./факс: 3058-717