



 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 20.02-24.02.2023.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**20.02.* | Намаз од сардине и крем сира, хлеб, јогурт | Медено срце, чај са лимуном | Пасуљ са поврћем, хлебфиле паприка салатапоморанџа |
| *Уторак**21.02.* |  Шунка, павлака, хлеб, какао | Плазма кекс, сок | Фаширана шницла од мешаног млевеног меса, пире кромпир, кисели краставац салата, хлебмандарина |
| *Среда**22.02.* | Мед, путер, хлеб, чај  | Погачице од хељдиног брашна са сиром, јогурт | Пилећи филе у бешамел сосу, прилог интегрални пиринач, купус салата, хлебјабука  |
| *Четвртак**23.02.* | Намаз од сланине и крем сира, хлеб, чај | Пудинг од ваниле | Јунећа чорба, мусака од карфиола са мешаним млевеним месом, хлеб, кисело млеко поморанџа |
| *Петак**24.02.* | Попара са сиром на млеку | Воћни колач са бресквом, лимунада | Ђувеч од смрзнутог поврћа са јунећим месом, купус салата, 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) |
| 4563,11 | 35,98 | 37,33 | 151,18 | 467,63 | 7,16 | 468,52 | 0,90 | 0,97 | 135,22 | 6,71 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр. 303 датум 13.02.2023. год.

БЕОГРАД – Пожешка број 28  *Марина Бошњак, Војка Арсић*

Тел./факс: 3058-717