



 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 22.11-26.11.2021.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**22.11.* | Намаз од скуше и крем сира,јогурт | Царска пита ,чај  | Пасуљ са поврћем ,купус салата,хлеб,јабука |
| *Уторак**23.11.* | Намаз од сланине и крем сира,јогурт | Обланда са сувим кајсијама ,лимунада | Јунећа чорба,мусака од шаргарепе,кисело млеко,хлеб,јабука |
| *Среда**24.11.* | Мед,путер,хлеб,млеко | Хељдине погачице са семенкама,чај | Пилав са пилећим белим месом,цвекла салата,хлеб,јабука |
| *Четвртак* *25.11.* | Јунећа печеница,павлака,хлеб,јогурт | Сутлијаш од проса са чоколадом | Ђувеч од смрзнутог поврћа са свињским месом,кисели краставац,хлеб,мандарина |
| *Петак**26.11.* | Намаз од качкаваља и путера,какао  | Слана плазма ,чај | Панирани ослић,прилог поврће,хлеб,сок |

 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) |
| 4285,32 | 37,21 | 38,16 | 131,82 | 484,28 | 7,24 | 856,91 | 0,81 | 0,95 | 67,87 | 5,36 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр. 2646/1 датум 08.11..2021. год.

БЕОГРАД – Пожешка број 28  *Јелена Јовановић, Марина Бошњак*

Тел.: 3058-717