



 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 28.02-04.03.2022.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**28.02.* | Намаз од скуше и крем сира, хлеб, јогурт | Плазма кекс, кашасти сок | Парадајз чорба са овсеним пахуљицама, запечени карфиол са јајима и сиром, хлеб, кисело млеко, банана |
| *Уторак**01.03.* | Качамак са сиром, јогурт | Колач са јабукама, орасима и џемом, лимунада | Боранија са белим пилећим месом и павлаком, хлеб, кисели краставац салатапоморанџа |
| *Среда**02.03.* | Намаз од сланине, крем сира и печеног сусама, хлеб, какао | Интегрални сутлијаш на млеку  | Панирани ослић, пире од спанаћа, хлеб, кисело млекојабука |
| *Четвртак**03.03.* | Димљена паченица, павлака, хлеб, млеко | Лења пита са маком, чај | Вариво од шаргарепе и кромпира са пилећим батаком , хлеб, купус салатамандарина |
| *Петак**04.03.* | Мармелада, путер, хлеб, чај | Бухтла од хељдиног брашна са сиром, јогурт | Јунећи гулаш са макаронама, цвекла 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) |
| 4447,57 | 36,83 | 38,21 | 141,63 | 607,39 | 7,46 | 1403,78 | 0,69 | 1 | 109,35 | 6,12 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр. 387 датум 21.02.2022. год.

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

Тел./факс: 3058-718;3058-717