



 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 29.11-03.12.2021.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**29.11.* | Намаз од скуше и крем сира, хлеб, јогурт | Пудинг | Чорба од броколија, запечени макарони са сиром и јајима, филе паприка салата, јабука |
| *Уторак**30.11.* | Димљена свињска печеница, павлака, хлеб, млеко | Црна торта, чај | Грашак са јунећим месом, купус салата, хлебмандарина |
| *Среда**01.12.* | Качамак са сиром, јогурт | Обланда са сувим сувим воћем, лимунада | Пилеће печење – батак и карабатак, вариво од поврћа, хлебјабука |
| *Четвртак* *02.12.* | Мармелада, путер, хлеб, млеко | Бухтла од ражаног брашна са сиром и семенкама, јогурт | Пилав од интегралног пиринча са јунећим месом, хлеб, кис.краставац салатакашасти сок |
| *Петак**03.12.* | Намаз од сланине, крем сира и печеног сусама, хлеб, какао | Плазма кекс, чај  | Панирани ослић, прилог шаргарепа и кукуруз, 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) |
| 4461,19 | 37,16 | 38,91 | 140,58 | 541,94 | 7,55 | 792,70 | 0,71 | 0,95 | 72,85 | 6,45 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр.2792 датум 22.11..2021. год.

БЕОГРАД – Пожешка број 28  *Марина Бошњак, Мирјана Спасов*

Тел.: 3058-717