



**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, хлеб  мандарина |
| *Среда*  *01.12.* | Качамак са сиром, јогурт | Обланда са сувим сувим воћем,  лимунада | Пилеће печење – батак и карабатак,  вариво од поврћа, хлеб  јабука |
| *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 салата  кашасти сок |
| *Петак*  *03.12.* | Намаз од сланине, крем сира и печеног сусама, хлеб, какао | Плазма кекс,  чај | Панирани ослић,  прилог шаргарепа и кукуруз, хлеб  јабука |

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