



 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 08.03-12.03.2021год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**08.03.* | Намаз од туњевине и крем сира, хлеб, јогурт | Баклава без кора, чај са лимуном | Пасуљ са поврћем, хлеб, купус салата*поморанџа* |
| *Уторак**09.03.* | Димљена печеница, павлака, хлеб, млеко | Обланда са сувим воћем, лимунада | Панирани ослић, пире од спанаћа, кисело млеко, хлеб*мандарина* |
| *Среда**10.03.* | Мармелада, путер, хлеб, чај | Погачице од ражаног брашна са сиром и семенкама, јогурт | Гулаш од свињског меса са макаронама, хлеб, филе паприка*банана* |
| *Четвртак**11.03.* | Кајгана, хлеб, чај | Сутлијаш од проса са какаом | Пилеће печење, пире кромпир, хлеб, цвекла салата*лимунада* |
| *Петак**12.03.* | Намаз од качкаваља, павлаке и печеног сусама, хлеб, какао | Бухтла са џемом, млеко | Ђувеч од поврћа са свињским месом, хлеб, кисели краставац*поморанџа* |

 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) |
| *4559,29* | 37,89 | 38,20 | 147,17 | 562,24 | 10,34 | 1310,44 | 0,95 | 1,13 | 130,10 | 5,71 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр. 432 датум 02.03.2021. год.

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

Тел./факс: 3058-718;3058-717