



**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