



**Ј Е Л О В Н И К**

За период 22.03.- 26.03.2021.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк*  *22.03.* | Намаз од сланине и крем сира, хлеб, јогурт | Плазма кекс,  сок од брескве | Чорба од поврћа, запечени макарони са сиром и јајима, цвекла салата, *Поморанџа* |
| *Уторак*  *23.03.* | Намаз од барених јаја, сусама и павлаке, хлеб, млеко | Пица, чај са лимуномimg_home_pizza.jpg | Ризи бизи са свињским месом, купус салата, хлеб, *Поморанџа* |
| *Среда*  *24.03.* | Свињска печеница, путер, хлеб, какао | Пудинг | Ћуфте у парадајз сосу, пире кромпир, кисели краставац салата, хлеб, *Поморанџа* |
| *Четвртак*  *25.03.* | Мармелада, путер, хлеб, млеко | Интегралне погачице са сусамом, јогурт | Капама од спанаћа са свињским месом, кисело млеко, хлеб, *Поморанџа* |
| *Петак*  *26.03.* | Прженице, јогурт | Штрудла са орасима, чај са лимуном | Грашак са пилећим белим месом, купус салата, хлеб, *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) |
| 4600,26 | 38,39 | 41,65 | 141,57 | 614,08 | 8,14 | 1287,71 | 0,97 | 1,17 | 163,79 | 6,45 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

Бр. 542 датум 15.03.2021. год.

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

Тел./факс: 3058-718;3058-717