

** Ј Е Л О В Н И К**

 За период 10.03.- 14.03.2025год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**10.03.* | Намаз од сардине и крем сира,хлеб,јогурт | Баклава са маком,лимунада | Сочиво са поврће,купус салата,хлеб,јабука |
| *Уторак**11.03.* | Шунка,путер,хлеб,млеко | Колач са бундевом,чај | Јунећи гулаш са макаронама,филе паприка,хлеб,јабука |
| *Среда**12.03.* | Качамак са сиром,јогурт | Штрудла са орасима,лимунада | Вариво од шаргарепе и кромпира са јунећим месом,кис краставац,хлеб,поморанџа  |
| *Четвртак**13.03.* | Џем,путер,хлеб,млеко | Хељдине погачице,јогурт | Сладак купус са свињским месом,хлеб,банана |
| *Петак**14.03.* | Намаз од качкаваља и павлаке,хлеб,какао | Обланда са кокосом и чоколадом,чај | Панирани ослић,прилог спанаћ,кисело млеко,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) |
| *4430,17* | 35,82 | 39,52 | 138,77 | 527,15 | 6,48 | 1004,23 | 0,72 | 0,94 | 109,44 | 4,21 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА

 Бр. 407/1 датум 24.02.2025. год. *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

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

Тел: 3058-717