

** Ј Е Л О В Н И К**

 За период 18.11.- 22. 11 .2024.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**18.11.* | Намаз од сардине и крем сира, хлеб, јогурт | Баклава без кора, млеко | Кромпир паприкаш са кнедлама, цвекла салата, хлеб, Мандарина |
| *Уторак**19.11.* | Џем, путер, хлеб, млеко | Проја, чај | Грашак са јунећим месом, купус салата, хлеб, Јабука |
| *Среда**20.11.* | Кајгана, хлеб, чај | Пудинг | Пилеће печење( батак и карабатак), прилог кукуруз и шаргарепа, филе паприка салата, хлеб, Мандарина |
| *Четвртак**21.11.* | Намаз од јунеће печенице и павлаке, хлеб, какао | Домаћи овсени кекс са сувим воћем, чај са лимуном | Кељ са јунећим месом, хлеб, Јабука |
| *Петак**22.11.* | Попара са павлаком на млеку | Воћни колач са бресквом, чај | Шпагете са млевеним јунећим месом, цвекла салата, хлеб, Банана |

 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) |
| 4373,22 | 37,18 | 37,69 | 138,05 | 495,84 | 8,71 | 698,87 | 0,72 | 0,7 | 108,40 | 5,7 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр. 2317 датум 12.11.2024. год.

БЕОГРАД – Пожешка број 28 ***Мирјана Спасов, Војка Арсић***

Тел: 3058-717