



# Ј Е Л О В Н И К

За период 06.12-10.12.2021.год.



| Дат.                | ДОРУЧАК                           | УЖИНА                           | РУЧАК                                                                                               |
|---------------------|-----------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Понедељак<br>06.12. | Намаз,,Мимоза“,чај са<br>лимуном  | Кох                             | Боранија са пилећим белим месом,салата<br>цвекла,хлеб,јабука                                        |
| Уторак<br>07.12.    | Палента,млеко                     | Мраморни<br>колач,лимунада      | Парадајз чорба са овсеним пахуљицама,<br>рестован кромпир, хлеб, салата од киселог<br>купуса,банана |
| Среда<br>08.12.     | Кифле са џемом,млеко              | Пица пужићи,<br>чај             | Бистра супа,риз-бизи са свињетином,салата<br>цвекла,хлеб,мандарина                                  |
| Четвртак<br>09.12.  | Намаз од<br>хамбуршке сланине,чај | Гриз на млеку са сувим<br>воћем | Супа са кнедлама,сарма од киселог купуса и<br>мешаног млевеног мяса,хлеб,јабука                     |
| Петак<br>10.12.     | Уштипци,чоколадно<br>млеко        | Компот од јабука                | Гулаш чорба,макарона,салата<br>цвекла,хлеб,мандарина                                                |

**НАПОМЕНА:** Установа задржава право на евентуалну измену јеловника у случају немогућности набавке појединих намирница.

## ПРОСЕЧНА ЕНЕРГЕТСКА И НУТРИТИВНА ВРЕДНОСТ ЦЕЛОДНЕВНОГ ДЕЧИЈЕГ ОБРОКА

| Енергетска<br>вредност (КЈ) | Беланчевине<br>(гр) | Масти<br>(гр) | Угљени<br>хидрати<br>(гр) | Минерали         |                | Витамини  |         |         |        |                 |
|-----------------------------|---------------------|---------------|---------------------------|------------------|----------------|-----------|---------|---------|--------|-----------------|
|                             |                     |               |                           | Калцијум<br>(мг) | Гвожђе<br>(мг) | А<br>(μг) | Б1 (мг) | Б2 (мг) | Ц (мг) | Нијацин<br>(мг) |
| 4397,05                     | 38,25               | 38,65         | 136,50                    | 497,44           | 6,80           | 443,22    | 0,86    | 1,14    | 101,69 | 4,64            |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА „ОЛГА ЈОВИЧИЋ-РИТА“

датум 22.11.2021. год.

ПОЖЕГА – Светосавска 5

Тел./факс:031 811 138

ДИЈЕТЕТИЧАР НУТРИЦИОНИСТА УСТАНОВЕ:

Ирена Пејовић