



Ј Е Л О В Н И К

За период 13.12-17.12.2021.год.



Дат.	ДОРУЧАК	УЖИНА	РУЧАК
Понедељак 13.12.	Намаз од туњевине и крем сира, чај са лимуном	Колач са маком, лимунада	Вариво од поврћа са свињетином хлеб, витаминска салата, јабука
Уторак 14.12.	Намаз са еуро- кремом, млеко	Пирошке са сиром, чај	Парадајз чорба са овсеним пахуљицама, мусака од карфиола, хлеб, кисело млеко, јабука
Среда 15.12.	Омлет са празилуком, хлеб, јогурт	Колач са бундевом	Пасуљ са сувим месом и поврћем, хлеб, салата од киселог купуса, мандарина
Четвртак 16.12.	Намаз од јаја и павлаке, чај од камилице	Пудинг на млеку са чоколадом	Супа са кнедлама, пилеће печење, пире кромпир, хлеб, кисели краставац салата, хлеб, јабука
Петак 17.12.	Мед, путер, хлеб, млеко	Погачице са сусамом, лимунада	Бистра супа, подварак, свињско печење, сок

НАПОМЕНА: Другу ужину-воће или колач деца добијају у 16 часова.

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)
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