



Ј Е Л О В Н И К

18 - 22 мај 2020



П. У. „ДЕЧЈИ ДАНИ“

ВРТИЋ

ДАН ДАТУМ	8.30h	10.30h	11.30h	14.30h
	ДОРУЧАК	ВОЋЕ	УЖИНА	РУЧАК
Понедељак 18.05.2020	Чај с лимуном, кис павлака, филети скуше, ротквице	Јагоде	Млеко, колач - медено срце	Чорба од поврћа, макароне са спанаћем млеком јајаима и сиром, зелена салата, хлеб
Уторак 19.05.2020.	Јогурт, штапићи од јечменог брашна са сиром и семеном бундеве	Јагоде	Крем од кокоса са бананама	Кромпир паприкаш са јунећим месом, зелена салата са ротквицама, хлеб
Среда 20.05.2020.	Чај с лимуном, хлеб, крем сир, сланина, малади лук	Банана	Млеко, „слани“ плазма кекс	Пилећа супа, печен печен пилећи батак и карабатак, брокуле са шаргарепом, белим луком, кис. павлаком и першуном
Четвртак 21.05.2020.	Млеко, хлеб, маслац, мед	Јагоде	Јогурт, штрудла са сиром	Ловачке шницле у сафту, интегрални пиринач са поврћем, зелена салата са младим луком и ротквицама, хлеб
Петак 22.05.2020.	Јогурт, пица пита	Јагоде	Воћни сок 100%, од поморанџе, без шећера, жито са медом и орасима	Грашак са свињским месом, салата – млади купус, хлеб

ПРОСЕЧНА ЕНЕРГЕТСКА И НУТРИТИВНА ВРЕДНОСТ ЦЕЛОДНЕВНОГ ДЕЧИЈЕГ ОБРОКА

Енергетска вредност (KJ)	Беланчевине (г) (укупно)	Масти (г) (укупно)	Угљени хидрати (г)	Минерали		Витамини				
				Са mg	Fe mg	А µg	В1 mg	В2 mg	С mg	РР mg
4963,67 (4700-5000)	41,40 (35-44)	41,78 (38-41)	159,66 (130-160)	675,91	7,96	1270,92	0,87	1,01	103,39	7,24

Нутрициониста, Весна Зечевић



Ј Е Л О В Н И К

18 -22 мај 2020



П.У. ДЕЧЈИ ДАНИ



ДАН ДАТУМ	8.30h ДОРУЧАК	10.30h ВОЋЕ	11.30h УЖИНА	14.30h РУЧАК
Понедељак 18.05.2020	Јогурт, хеб, микс: од (кис. павлака, филет скуше)	Јагоде	Млеко, колач- медено срце	Чорба од поврћа, макароне са спанаћем млеком, јајима и сиром, хлеб
Уторак 19.05.2020.	Јогурт, штапићи од јечменог брашна са сиром и семеном бундеве	Јагоде	Крем коцке од кокоса са бананама	Кромпир паприкаш са јунећим месом, хлеб
Среда 20.05.2020.	Јогурт, микс: хлеб, крем сир, сланина	Банана	Млеко, плазма кекс	Пилећа супа, печен пилећи батак и карабатак, брокуле са шаргарепом, белим луком, кис. павлаком и першуном
Четвртак 21.05.2020.	Млеко, микс: хлеб, маслац, мед	Јагоде	Јогурт, штрудла са сиром - каша	Ловачке шницле у сафту, интегрални пиринач са поврћем, хлеб
Петак 22.05.2020.	Јогурт, пица пита - каша	Јагоде	Воћни сок од поморанџе 100%, без шећера, жито са медом и орасима - самлевено	Пире од грашка са свињским месом, хлеб

Нутрициониста, Весна Зечевић