



Ј Е Л О В Н И К

03 - 07 август 2020



П. У. „ДЕЧЈИ ДАНИ“
ВРТИЋ

ДАН ДАТУМ	8.30h	10.30h	11.30h	14.30h
	ДОРУЧАК	ВОЋЕ	УЖИНА	РУЧАК
Понедељак 03.08.2020	Чај с лимуном, хлеб, кисела павлака, сардина, краставац	Бресква	Млеко, крофна	Чорба од поврћа, запечене макароне са паприком, сиром, млеком и јајима, парадајз салата, хлеб
Уторак 04.08.2020.	Млеко, пита са сувим шљивама, смоквама и орасима	Лубеница	Јогурт, слани плазма кекс	Динстано јунеће месо у сафту од поврћа, кромпир пире, мешана салата (парадајз, краставац), хлеб
Среда 05.08.2020.	Јогурт, хлеб, омлет са сиром и тиквицама	Бресква	Лимунада, колач од овсених пахуљица са чоколадом	Сочиво са поврћем, купус салата, хлеб
Четвртак 06.08.2020.	Чај с лимуном, хлеб, крем сир, сланина, парадајз	Диња	Воћни гриз са бананом	Пилећа супа, пилеће фаширано месо, спанаћ пире, кисело млеко, хлеб
Петак 07.08.2020.	Какао, хлеб, намаз (кисела павлака, барена јаја, шаргарепа, целер)	Лубеница	Јогурт, земичке од интегралног брашна	Ђувеч са јунећим месом, купус салата, хлеб

ПРОСЕЧНА ЕНЕРГЕТСКА И НУТРИТИВНА ВРЕДНОСТ ЦЕЛОДНЕВНОГ ДЕЧИЈЕГ ОБРОКА

Енергетска вредност (КЈ)	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
4856,66 (4700-5000)	42,34 (35-44)	41,52 (38-41)	152,97 (130-160)	655,13	9,87	1599,32	0,71	1,06	131,18	8,02

Нутрициониста, Весна Зечевић