



Ј Е Л О В Н И К

28.септембар-02.октобар 2020.



П. У. „ДЕЧЈИ ДАНИ“
ВРТИЋ

ДАН ДАТУМ	8.30h	10.30h	11.30h	14.30h
	ДОРУЧАК	ВОЋЕ	УЖИНА	РУЧАК
Понедељак 28.09.2020	Какао хлеб, кис. павлака, јунећа печеница	Црно грожђе	Лимунада са медом, баклава без кора	Чорба од поврћа, француски кромпир, мешана салата (парадајз, краставац, црни лук, першун, масл. Уље), хлеб - полубели
Уторак 29.09.2020.	Чај (шипурак) са лимуном, хлеб, намаз (крем сир, кувана јаја, паприка, целер, сусам)	Бело грожђе	Кох од гриза	Динстано свињско месо (уље, шаргарепа, целер, бели лук), барени шаргарепа и брокуле (бели, лук, масл. Уље, першун, кис. павла), краставац салата (црни лук, масл. Уље) , хлеб – полубели
Среда 30.09.2020.	Јогурт, штапићи од ражаног брашна са сиром и семеном бундеве	Крушка	Млеко, плазма кекс	Парадајз чорба, печен панирани ослић, пиринач са поврћем, зелена, салата (јабуково сирће, масл. Уље), хлеб- полубели
Четвртак 01.10.2020.	Млеко, хлеб, маслац и џем од шљива	Крушка	Јогурт, кифла са инт. јечменим брашном	Пилећа супа , печен пилећи батак и карабатак, динстана боранија (црни и бели лук, першун), хлеб - полубели
Петак 02.10.2020.	Јогурт, хлеб, запечен са млеком, јајима и сиром	Црно грожђе	Воћни сок од поморан. без додатог шећера, жито са медом и орасима	Сарма од блитве, кис. млеко, хлеб - полубели

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
4912,61 (4700-5000)	42,12 (35-44)	41,44 (38-41)	156,66 (130-160)	681,15	10,47	681,15	10,47	0,86	116,29	7,93

Нутрициониста, Весна Зечевић



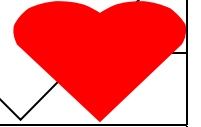
Ј Е Л О В Н И К

28.септембар-02.октобар2020



П.У. ДЕЧЈИ ДАНИ

ЈАСЛЕ
најмлађа
група



ДАН ДАТУМ	8.30h	10.30h	11.30h	14.30h
	ДОРУЧАК	ВОЋЕ	УЖИНА	РУЧАК
Понедељак 28.09.2020	Какао (млеко), хлеб, микс: кис. павлака, јунећа печеница	Крушка	Млеко, баклава без кора	Чорба од поврћа (шаргарепа, бела зелен, карфиол, паприка, першун), француски кромпир, хлеб - полубели
Уторак 29.09.2020.	Млеко, микс: хлеб, намаз (крем сир, кувана јаја, целер, паприка, сусам)	Банана	Кох од гриза	Динстано свињско месо, барене шаргарепа и брокуле (бели, лук, масл. Уље, першун, кис. павла), краставац салата (црни лук, масл. уље, хлеб – полубели
Среда 30.09.2020.	Јогурт, штапићи од ражаног брашна са сиром и семеном бундеве	Крушка	Млеко, плазма кекс (глутен, млеко, мед, сојини производ.)	Парадајз чорба, печен панирани ослић пиринач са поврћем (шаргарепа, паприка, лист целера), хлеб- полубели
Четвртак 01.10.2020.	Млеко, хлеб, маслац и џем од шљива	Крушка	Јогурт, Јогурт, кифла са јечменим инт. брашном	Пилећа супа, печен пилећи батак и карабатак, динстана боранија (црни и бели лук, першун), хлеб - полубели
Петак 02.10.2020.	Јогурт, хлеб, запечен са млеком, јајима и сиром	Банана	Воћни сок од поморанџе, без додатог шећера, жито са медом и орасима - млечено	Сарма од блитве (јун. И свињс. Месо, црни и бели лук, шаргарепа, интегр. Пиринач, першун), кис. млеко, хлеб - полубели

Нутрициониста, Весна Зечевић