



Ј Е Л О В Н И К

23. – 27. новембар 2020.



П. У. „ДЕЧЈИ ДАНИ“

ВРТИЋ

ДАН ДАТУМ	8.30h	10.30h	11.30h	14.30h
	ДОРУЧАК	ВОЋЕ	УЖИНА	РУЧАК
Понедељак 23.11.2020	Чај са лимуном, хлеб, кисела павлака, шунка	Мандарина	Сутлијаш од проса са млев. сувом кајсијама и црном чоколадом	Чорба од поврћа, француски кромпир, кисела паприка, хлеб-полубели
Уторак 24.11.2020.	Јогурт, хлеб, кајгана са сиром и празилуком	Јабука	Млеко, колач од шаргарепе (глутен, орах, млеко, јаја)	Шпагете у парадајз сосу, са млев. Јунећим и свињским месом, купус салата, хлеб –полубели
Среда 25.11.2020.	Млеко, хлеб, маслац, џем	Мандарине	Јогурт, ролат са крем сиром, сусамом и поврћем (спанаћ, шаргарепа)	Шарени пасуљ са поврћем (црни и бели лук, празилук, шаргарепа, паприка, першун), купус салата, хлеб
Четвртак 26.11.2020.	Кисело млеко, качамак (кукурузна палента) са млеком и крем сиром	Поморанџа	Лимунада, пита са јабукама, сувим грожђем и циметом, без додатог шећера	Пилећа супа, шарени пилав од инт. Пиринча, са пилећим месом, цвекла салата, хлеб
Петак 27.11.2020.	Јогурт, проја од хељдиног брашна са семеном сунцокрета	Јабука	Компот од ананаса	Динстано свињско месо са зач. поврћем динстана боранија, 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
4916,42 (4700-5000)	44,07 (35-44)	41,65 (38-41)	154,48 (130-160)	674,99	10,27	756,46	0,79	1,03	115,242	7,69

Нутрициониста, Весна Зечевић



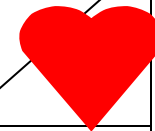
Ј Е Л О В Н И К

23.-27. Новембар 2020



П.У. ДЕЧЈИ ДАНИ

ЈАСЛЕ
најмлађа
група



ДАН ДАТУМ	8.30h	10.30h	11.30h	14.30h
	ДОРУЧАК	ВОЋЕ	УЖИНА	РУЧАК
Понедељак 23.11.2020	Јогурт, хлеб, микс: кисела павлака, шунка	Мандарина – цеђен сок	Сутлијаш од проса са млев. сувом кајсијама и црном чоколадом	Чорба од поврћа, француски кромпир, хлеб-полубели
Уторак 24.11.2020.	Јогурт, хлеб, кајгана са млеком и сиром	Јабука - пире	Млеко, микс: колач од шаргарепе	Шпагете у парадајз сосу, са млев. Јунећим и свињским месом и поврћем, хлеб – полубели
Среда 25.11.2020.	Млеко, хлеб, микс: маслац, џем	Мандарине - цеђен сок	Јогурт, ролат са крем сиром, сусамом и поврћем (спанаћ, шаргарепа) -каша	Пире од шареног пасуља са поврћем (црни и бели лук, празилук, шаргарепа, паприка, першун), хлеб –полубели
Четвртак 26.11.2020.	Кисело млеко, качамак (кукурузна палента) са млеком и крем сиром	Поморанџа - цеђен сок	Пита са јабукама, сувим грожђем и циметом, без додатог шећера - микс	Пилећа супа, шарени пилав од интегралног пиринча, са пилећим месом, хлеб
Петак 27.11.2020.	Јогурт, проја од хељдиног брашна и семеном сунцокрета	Јабука - пире	Компот од ананаса – микс	Динстано свињско месо са зач. поврћем динстана боранија, хлеб-полубели

Нутрициониста, Весна Зечевић