



# Ј Е Л О В Н И К

## 18. – 22. јануар 2021.



П. У. „ДЕЧЈИ ДАНИ“

**ВРТИЋ**

ДАН ДАТУМ	8.30h	10.30h	11.30h	14.30h
	ДОРУЧАК	ВОЋЕ	УЖИНА	РУЧАК
<b>Понедељак</b> <i>18.01.2021</i>	Чај с лимуном, хлеб, ајвар, качкаваљ, кисели краставац	Поморанџа	Млеко, колач – облана са кокосом	Чорба од поврћа, француски кромпир, кисела паприка, хлеб
<b>Уторак</b> <i>19.01.2021.</i>	Јогурт, проја са сиром	Банана	Лимунада, слани плазма кекс	Пилећа супа, печен пилећи батак и карабатак, динстана шаргарепа, хлеб
<b>Среда</b> <i>20.01.2021.</i>	Млеко, хлеб, маслац, џем	Јабука	Јогурт, интегрална кифла	Кељ са свињским месом и поврћем, хлеб
<b>Четвртак</b> <i>21.01.2021.</i>	Јогурт, погача са овсеним пахуљицама и сусамом	Суве кајсије	Пудинг са вишњама	Бела крем чорба, шарени пилав од интегралног пиринча са туњевином, салата кисели краставац, хлеб
<b>Петак</b> <i>22.01.2021.</i>	Какао, хлеб, крем сир, шунка	Поморанџа	Воћни сок од поморанџе, колач са јабукама, џемом и орасима	Динстана јунетина у сафту са зачинским биљем, динстана боранија, цвекла 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
<b>4954,79</b> (4700-5000)	<b>42,39</b> (35-44)	<b>41,76</b> (38-41)	<b>158,17</b> (130-160)	<b>642,64</b>	<b>11,01</b>	<b>1284,48</b>	<b>0,78</b>	<b>1,03</b>	<b>134,41</b>	<b>8,68</b>

*Нутрициониста, Весна Зечевић*



# Ј Е Л О В Н И К

## 18. - 22. јануар 2021



П.У. ДЕЧЈИ ДАНИ

ЈАСЛЕ  
најмлађа  
група



ДАН ДАТУМ	8.30h	10.30h	11.30h	14.30h
	ДОРУЧАК	ВОЋЕ	УЖИНА	РУЧАК
Понедељак 18.01.2021	Јогурт, хлеб, микс: ајвар, качкаваљ	Поморанџа цеђена	Млеко, колач – облана са кокосом - микс	Чорба од поврћа, француски кромпир, хлеб
Уторак 19.01.2021.	Јогурт, проја са сиром	Банана	Воћни сок, посни плазма кекс - микс	Пилећа супа, печен пилећи батак и карабатак, динстана шаргарепа, хлеб
Среда 20.01.2021.	Млеко, хлеб, микс: маслац, џем	Јабука- пире	Јогурт, интегрална кифла - микс	Кељ са свињским месом, хлеб
Четвртак 21.01.2021.	Јогурт, погача са овсеним пахуљицама и сусамом	Банана	Пудинг са вишњама	Бела крем чорба, шарени пилав од интегралног пиринча са туњевином, хлеб
Петак 22.01.2021.	Какао, хлеб, крем сир, шунка	Поморанџа цеђена	Воћни сок од поморанџе, колач са јабукама, џемом и орасима	Динстана јунетина у сафту са зачинским биљем, динстана боранија, хлеб

*Нутрициониста, Весна Зечевић*