



Ј Е Л О В Н И К

25 – 29 јануар 2021.



П. У. „ДЕЧЈИ ДАНИ“
ВРТИЋ

ДАН ДАТУМ	8.30h	10.30h	11.30h	14.30h
	ДОРУЧАК	ВОЋЕ	УЖИНА	РУЧАК
Понедељак 25.01.2021	Чај с лимуном, хлеб, крем сир, сланина, празилук	Поморанџа	Млеко, колач од овсених пахуљица са сувим грожђем	Шарени пасуљ са поврћем, цвекла салата, хлеб
Уторак 26.01.2021.	Какао, прженица	Банана	Сутлијаш од интегралног пиринча са циметом	Парадајз чорба, печен панирани филет ослића, рестован кромпир, хлеб
Среда 27.01.2021.	Млеко, хлеб, кисела павлака, качкаваљ	Поморанџа	Лимунада, пита са сувим воћем	Гулаш са макаронама, кисели краставац салата, хлеб
Четвртак 28.01.2021.	Какао, хлеб, намаз (крем сир, шаргарепа, целер, јунећа печеница, першун)	Поморанџа	Воћни сок, плазма кекс	Пилећа супа, фаширано пилеће месо, спанаћ пире, кисело млеко, хлеб
Петак 29.01.2021.	Јогурт, хлеб, кајгана са сиром, кисела паприка	Поморанџа	Млеко, пужићи са сусамом	Шаргарепа са јунећим месом и кромпиром, купус салата, 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
4917,14 (4700-5000)	42,38 (35-44)	41,02 (38-41)	157,58 (130-160)	671,97	10,84	1291,95	0,71	1,00	115,45	6,73

Нутрициониста, Јасмина Меденица



Ј Е Л О В Н И К

25 - 29. јануар 2021



ПУ.ДЕЧЈИ ДАНИ

ЈАСЛЕ
најмлађа
група



ДАН ДАТУМ	8.30h	10.30h	11.30h	14.30h
	ДОРУЧАК	ВОЋЕ	УЖИНА	РУЧАК
Понедељак 25.01.2021	Јогурт, микс: хлеб, крем сир, сланина	Сок од цеђене поморанџе	Млеко, колач од овсених пахуљица са сувим грожђем- каша	Пире од шареног пасуља са поврћем, хлеб
Уторак 26.01.2021.	Јогурт, кукурузна палента	Банана	Сутлијаш од интегралног пиринча са циметом	Парадајз чорба, печен панирани филет ослића, куван кромпир, хлеб
Среда 27.01.2021.	Млеко, микс: хлеб, кисела павлака, качкаваљ	Сок од цеђене поморанџе	Млеко, пита са сувим воћем- каша	Гулаш од јунећег меса са макаронама, хлеб
Четвртак 28.01.2021.	Какао, хлеб, намаз (крем сир, шаргарепа, целер, јунећа печеница)	Сок од цеђене поморанџе	Воћни сок, плазма кекс- каша	Пилећа супа, фаширано пилеће месо, спанаћ пире, кисело млеко, хлеб
Петак 29.01.2021.	Јогурт, хлеб, кајгана са сиром	Сок од цеђене поморанџе	Млеко, пужићи са сусамом- каша	Шаргарепа са јунећим месом и кромпиром, хлеб

Нутрициониста, Јасмина Меденица