



Ј Е Л О В Н И К

08. - 12. март 2021.



П. У. „ДЕЧЈИ ДАНИ“

ВРТИЋ

ДАН ДАТУМ	8.30h	10.30h	11.30h	14.30h
	ДОРУЧАК	ВОЋЕ	УЖИНА	РУЧАК
Понедељак 08.03.2021	Чај с лимуном, хлеб, кисела павлака, сланина	Поморанџа	Млеко, колач бајадера	Чорба од поврћа, запечени резанци са јајима, млеком и сиром, цвекла салата, хлеб
Уторак 09.03.2021.	Какао, хлеб, крем сир, сусам	Банана	Јогурт, пројара са сиром	Кисели купус са свињским месом, хлеб
Среда 10.03.2021.	Чај с лимуном, хлеб, намаз од сардине (кисела паприка, кукуруз шећерац, першун), кисели краставац	Мандарина	Пудинг са бананом	Пилећа супа, динстано пилеће месо у сосу од киселе павлаке, динстан грашак, купус салата, хлеб
Четвртак 11.03.2021.	Јогурт, пита зељаница	Поморанџа	Лимунада, слани плазма кекс	Ћуфте у парадајз сосу, пире кромпир, кисела паприка салата, хлеб
Петак 12.03.2021.	Какао, хлеб, маслац, качкаваљ	Поморанџа	Млеко, колач са вишњама	Шаргарепа са пилећим 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
4907,83 (4700-5000)	41,79 (35-44)	41,26 (38-41)	154,93 (130-160)	698,08	8,84	975,58	0,91	1,03	136,43	8,40

Нутрициониста, Јасмина Меденица