



Ј Е Л О В Н И К

14 - 18 јун 2021



П. У. „ДЕЧЈИ ДАНИ“

ВРТИЋ

ДАН ДАТУМ	8.30h	10.30h	11.30h	14.30h
	ДОРУЧАК	ВОЋЕ	УЖИНА	РУЧАК
Понедељак 14.06.2021	Млеко, хлеб, маслац, џем	Трешње	Јогурт, земичке са сусамом	Пасуљ са поврћем, купус салата, хлеб
Уторак 15.06.2021.	Јогурт, хлеб, кисела павлака, кувано јаје, краставац	Трешње	Сутлијаш од интегралног пиринча	Парадајз чорба, печен панирани филет осића , блитва са кромпиром, хлеб
Среда 16.06.2021.	Какао, хлеб, намаз (крем сир, јунећа печеница, шаргарепа, целер, першун)	Јабука	Лимунада, лења пита са вишњама	Гулаш од свињског меса са макаронама, салата краставац са павлаком, хлеб
Четвртак 17.06.2021.	Јогурт, пројара са сиром	Трешње	Пудинг са банама	Пилећа супа , пилеће фаширано месо, динстана боранија, парадајз салата, хлеб
Петак 18.06.2021.	Чај с лимуном, хлеб, кисела павлака, туњевина, парадајз	Трешње	Млеко, штрудла са маком	Шаргарепа са јунећим месом и кромпиром, купус 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
4912,73 (4700-5000)	43,38 (35-44)	40,49 (38-41)	157,48 (130-160)	679,11	11,63	1399,63	0,76	1,06	65,40	7,92

Нутрициониста, Јасмина Меденица