



Ј Е Л О В Н И К

06 - 10 септембар 2021



П. У. „ДЕЧЈИ ДАНИ“
ВРТИЋ

ДАН ДАТУМ	8.30h	10.30h	11.30h	14.30h
	ДОРУЧАК	ВОЋЕ	УЖИНА	РУЧАК
Понедељак 06.09.2021	Млеко, хлеб, маслац, мед	Шљива	Лимунада, слани плазма кекс	Јунећа супа, мусака од тиквица, кисело млеко, хлеб
Уторак 07.09.2021.	Јогурт, хлеб, кајгана са сиром, парадајз	Бресква	Млеко, колач са јабукама, џемом и орасима	Динстана јунетина у сафту, динстана боранија краставац салата, хлеб
Среда 08.09.2021.	Какао, хлеб, кисела павлака, сусам	Лубеница	Воћни сок (поморанџа 100% воће), колач –обланда са чоколадом и плазма кексом	Бела крем чорба, печен панирани ослић, куван кромпир, хлеб
Четвртак 09.09.2021.	Јогурт, пита зељаница	Шљива	Сутлијаш од проса са сувим грожђем	Пилећа супа, динстан пилећи батак и карабатак, сатараш, краставац салата, хлеб
Петак 10.09.2021.	Чај с лимуном, хлеб, кисела павлака, сланина, краставац	Диња	Јогурт, штрудла од јечменог брашна са сиром	Сочиво са поврћем, 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
4879,60 (4700-5000)	41,79 (35-44)	41,44 (38-41)	155,05 (130-160)	617,88	9,90	1215,29	0,72	1,02	105,92	7,70

Нутрициониста, Јасмина Меденица