



Ј Е Л О В Н И К

15.-19. Новембар 2021



П. У. „ДЕЧЈИ ДАНИ“
ВРТИЋ

ДАН ДАТУМ	8.30h	10.30h	11.30h	14.30h
	ДОРУЧАК	ВОЋЕ	УЖИНА	РУЧАК
Понедељак 15.11.2021	Јогурт, хлеб, кисела павлака, сланина	Јабука	Воћни сок, плазма кекс	Чорба од поврћа, макароне са паприком гратиниране млеком, сиром и јајима, краставац салата, хлеб
Уторак 16.11.2021.	Млеко, хлеб, маслац, џем	Крушка	Јогурт, земичке са сусамом	Динстан пилећи батак и карабатак, пире кромпир, цвекла салата, хлеб
Среда 17.11.2021.	Какао, хлеб, намаз (крем сир, јунећа печеница, шаргарепа, целер, першун)	Јабука	Сутлијаш од интегралног пиринча са сувим грожђем	Парадајз чорба, печен панирани филет ослића, шаргарепа са карфиолом (маслиново уље, бели лук, першун), хлеб
Четвртак 18.11.2021.	Млеко, хлеб, запечен са сиром, јајима и млеком	Мандарина	Лимунада, обланда са чоколадом и кексом	Јунећа супа, сарма од спанаћа, кисело млеко, хлеб
Петак 19.11.2021.	Чај с лимуном, хлеб, кисела павлака, туњевина	Крушка	Млеко, медањаци	Грашак са јунећим месом, 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
4889,16 (4700-5000)	43,26 (35-44)	39,56 (38-41)	157,24 (130-160)	646,85	11,85	1349,30	0,81	1,05	112,47	8,50

Нутрициониста, Јасмина Меденица