

# ЈЕЛОВНИК ЗА ВРТИЋЕ И ЈАСЛЕ

ФЕБРУАР I ДЕО 2022

## СА ПРЕДЛОГОМ ЈЕЛОВНИКА ЗА РОДИТЕЉЕ ДО КРАЈА ДАНА

ДОРУЧАК, УЖИНА, РУЧАК И ВОЋНА ПОРЦИЈА ОБЕЗБЕЂЕНИ У ВРТИЋУ

ВЕЧЕРА - ПРЕДЛОГ ЗА РОДИТЕЉЕ ДО КРАЈА ДАНА

ДАТУМ И ДАН	ДОРУЧАК 7:30-8:30 	УЖИНА 10:30-11:30 	РУЧАК 13:30-14:30 	ВОЋНА ПОРЦИЈА 16:00 	ВЕЧЕРА 18:30 
01.02.2022. Уторак	Барено јаје, сирко, хлеб, чај нана	Пудинг	Грашак са пилетином, цвекла, хлеб	Банана	Пита са вишњама, гризом и јајима, млеко
02.02.2022. Среда	Млеко, маргарин, мармелада хлеб	Кекс-петит	Крем чорба од броколија, ђуфта у парадајз сосу са резанцима	Мандарина	Батак печени, спанаћ пире, кисело млеко, хлеб
03.02.2022. Четвртак	Царска пита, јогурт	Ролат са џемом	Кељ са јунетином, хлеб	Поморанџа	Какао, пита са празилуком, млевеним месом и кромпиром
04.02.2022. Петак	Качамак са млеком	Троуглић са сиром	Ђувеч, фаширана шницла од ослића, купус салата, хлеб	Јабука	Омлет, јогурт, хлеб, зелена салата са цеђеним лимуном
07.02.2022. Понедељак	Какао, намаз од сланине хамбуршке, сирко, киселих краставаца и кук. шећерца	Пита са вишњама, јајима и гризом	Пасуљ, купус салата, хлеб	Јабука	Пилећа цигерица, цвекла, јогурт, хлеб
08.02.2022. Уторак	Јогурт, маслац, мед, хлеб	Штрудла са џемом	Мусака од шаргарепе, кисело млеко, хлеб	Поморанџа	Млади сир, барено јаје, хлеб, какао
09.02.2022. Среда	Чај нана, печеница, Павлака, хлеб	Сутлијаш	Кувана јунетина у парадајз сосу, кромпир пире, хлеб	Јабука	Штрудла мак, млеко
10.02.2022. Четвртак	Штрудла мак, млеко	Обланде чоколадне	Шарени пилав, печено пилеће месо, цвекла салата, хлеб	Мандарина	Млеко, павлака, Пилећа прса, хлеб
11.02.2022. Петак	Чај нана, сирко, туњевина, хлеб, кечап	Гриз у млеку	Крем чорба од пилетине и поврћа, запечени резанци са сиром	Јабука	Сардина, зелена салата са цеђеним лимуном, хлеб, јогурт
14.02.2022. Понедељак	Јогурт, царска пита са интегралним брашном	Црни чоколадни колач	Пасуљ, купус салата, хлеб	Мандарина	Печено бело месо, хлеб, кувани парадајз

Нутриционисти-дијететичари : Цвејић Данијела, Цвејић Живојин

Вода	Ki	KCal	Бел.б.	Бел.ж.	Масти	УХ	Na	K	Ca	Ма	P
566.4	4,282.3	1,038.7	15.9	21.2	36.9	138.8	968.0	1,768.9	458.1	109.6	668.5
Fe	Zn	Cu	B1	B2	B6	C	RE	PP	Ретин.	Карот.	Ниацин
5.1	2.334	0.379	0.519	1.509	0.750	44.9	450.4	4.979	10.7	1,767.5	4.8