






ЈЕЛОВНИК ЗА ВРТИЋЕ И ЈАСЛЕ

ЈАНУАР II 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 
17.01.2022. Понедељак	Бела кафа, царска пита	Црни чоколадни колач	Пасуљ, купус салата, хлеб	Банана	Пита са празилуком и млевеним месом, преливена млеком и јајима, јогурт
18.01.2022. Уторак	Млеко, маслац, мед, хлеб	Пита са вишњом, јајима и гризом	Боранија са јунетином, хлеб, цвекла	Мандарина	Печено бело пилеће месо са кукурузним брашном, хлеб, зелена салата, јогурт
19.01.2022. Среда	Јогурт, интегрална кифла са сиром	Кекс-чајни колутити, лимунада	Кромпир паприкаш са пилетином, купус салата, хлеб	Јабука	Пита са дулеком, бела кафа
20.01.2022. Четвртак	Чај нана, павлака, туна, кечап, хлеб	Пшеница са орахом и сувим грождјем	Крем чорба од пилетине, запечени резанци са сиром	Јабука	Сардина, хлеб, куван кукуруз шећерац, зелена салата
21.01.2022. Петак	Качмак са млеком	Плетеница	Ћаширана шницла од ослића, купус салата, динстани грашак, хлеб	Јабука	Пченица, сирко, јогурт, хлеб
24.01.2022. Понедељак	Намаз од шунке, јаја, павлаке и кис. краставаца хлеб, бела кафа	Кох од гриза	Пасуљ, купус салата, хлеб	Јабука	Пилећа цигерица, спанаћ пире, кисело млеко, хлеб
25.01.2022. Уторак	Штрудла мак, млеко	Сутлијаш	Крем чорба од дулека, ђурфа у парадајз сосу са резанцима	Банана	Барени броколи, пржено јаје, кисело млеко, хлеб
26.01.2022. Среда	Јогурт, пилећа прса, качкавал, сирко, хлеб	Пита са дулеком	Кељ са јунетином, хлеб	Поморанџа	Попара са младим сиром и павлаком
27.01.2022. Четвртак	Јогурт, кроасан са сиром	Кекс-петит, сок бресква	Мусака од шаргарепе, кисело млеко, хлеб	Јабука	Куван кукуруз шећерац, зелена салата, печени батак, хлеб
28.01.2022. Петак	Чај нана, шунка, сирко, хлеб	Пудинг	Кромпир пире, фаширана шницла од ослића, купус салата, хлеб	Поморанџа	Млеко, маслац, мед, хлеб
31.01.2022. Понедељак	Јогурт, пројара са сиром	Колач са вишњом	Пасуљ, купус салата, хлеб	Јабука	Печено бело месо, барени броколи, барени кромпир са перш. листом, кисело млеко

Нутриционисти-дијететичари :Цвејић Данијела, Цвејић Живојин

Вода	Ki	KCal	Бел.б.	Бел.ж.	Масти	УХ	Na	K	Ca	Ма	P
614.2	4,435.6	1,077.4	15.8	23.5	39.3	140.3	990.9	1,928.6	506.4	117.3	748.0
Fe	Zn	Cu	B1	B2	B6	C	RE	PP	Ретин.	Карот.	Ниацин
5.7	2.308	0.356	0.574	1.667	0.816	43.8	472.1	5.126	8.6	1,623.8	4.8