





ЈЕЛОВНИК ЗА ВРТИЋЕ И ЈАСЛЕ

АПРИЛ 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 
01.04.2022. Петак	Чај нана, павлака, барено јаје, хлеб	Обланде чоколадне	Супа, мусака од тиквица, кисело млеко, хлеб	Јабука	Намаз од пилећих прса, кукуруза шећ, кис. краставаца и сирко, кисело млеко
04.04.2022. Понедељак	Печеница, сирко, хлеб, јогурт	Црни чоколадни колач	Пасуљ, купус салата, хлеб	Мандарина	Фаширана шницла од белог пилећег меса, хлеб, барени броколи
05.04.2022. Уторак	Млеко, штрудла са маком	Резанци са орахом и пшеничним клицама	Супа, мусака од карфиола, кисело млеко, хлеб	Банана	Намаз од пилећих прса, сирка, кукуруза шећерца и киселих краставаца, зелена салата, хлеб, јогурт
06.04.2022. Среда	Царска пита, јогурт	Ролат са џемом	Боранија са јунетином, зелена салата, хлеб	Јабука	Попара са младим сиром и павлаком, јогурт
07.04.2022. Четвртак	Намаз од сланине, сирка, киселих краставаца и кукуруза шећерца, чај нана, хлеб	Лимунада, Чајни колутити	Пире од спанаћа, фаширана шницла од ослића, кисело млеко, хлеб	Јабука	Пита са јабуком и пш. клицама, бела кафа
08.04.2022. Петак	Чај нана, сирко, туњевина, хлеб, кечап	Пудинг	Крем чорба од пилетине, запечени резанци са сиром	Јабука	Сардина, зелена салата, кувани парадајз
11.04.2022. Понедељак	Намаз од печенице, јаја, павлаке и киселих краставаца, хлеб, бела кафа	Чупавац са кокосом	Пасуљ, купус салата, хлеб	Јабука	Пилећа цигерица, спанаћ пире, кисело млеко, хлеб
12.04.2022. Уторак	Качамак са млеком	Троуглић са сиром	Ђувеч, фаширана шницла од ослића, купус салата, хлеб	Јабука	Омлет, јогурт, хлеб, зелена салата са цеђеним лимуном
13.04.2022. Среда	Кифла интегрална са сиром, чај нана	Пшеница са сувим грождем и орахом	Супа, мусака од тиквица, кисело млеко, хлеб	Јабука	Пита са вишњама, млеко
14.04.2022. Четвртак	Млеко, маргарин, мед, хлеб	Кекс - петит	Крем чорба од карфиола, ђуфта у парадајз сосу са резанцима	Јабука	Бело месо печено, спанаћ пире, кисело млеко, хлеб
15.04.2022. Петак	Пужић са сиром, чај нана	Пудинг	Шарен пилав, печено пилеће месо, Купус салата, хлеб	Мандарина	Штрудла мак, млеко

Нутриционисти-дијететичари :Цвејић Данијела, Цвејић Живојин

Вола	Ki	KCal	Бел.б.	Бел.ж.	Масти	УХ	Na	K	Ca	Ма	P
572.3	4,253.4	1,027.8	15.2	24.1	38.5	131.1	942.9	1,871.7	456.0	114.7	700.8
Fe	Zn	Cu	B1	B2	B6	C	RE	PP	Ретин.	Карот.	Ниацин
5.7	2.406	0.362	0.527	1.071	0.865	52.2	558.0	6.251	11.8	2,291.0	6.2