



ЈЕЛОВНИК ЗА ВРТИЋЕ И ЈАСЛЕ

МАЈ 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 
04.05.2022. Среда	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
05.05.2022. Четвртак	Троуглић са сиром, јогурт	Колач са компотом од брескве	Боранија са јунетином, купус салата, хлеб	Поморанџа	Пита са вишњом, јајима, јогуртом и гризом, млеко
06.05.2022. Петак	Чај нана, сирко, шунка, хлеб, кечап	Штрудла џем	Крем чорба од пилетине и поврћа, запечени резанци са сиром	Јабука	Сардина, зелена салата са цеђеним лимуном, хлеб, јогурт
09.05.2022. Понедељак	Јогурт, кифла са интегр. брашном и сиром	Воћни колач са компотом од брескве	Пасуљ, купус салата, хлеб	Јабука	Пире од блитве, ослић печен са кукурузним брашном, кисело млеко, хлеб
10.05.2022. Уторак	Печеница, сирко, чај нана, хлеб	Кох од гриза	Кромпир паприкаш са пилетином, купус салата, хлеб	Јабука	Мусли са јогуртом и бананом
11.05.2022. Среда	Качамак са млеком	Штрудла џем	Крем чорба од поврћа са карфиолом, мусака од тиквица, кисело млеко, хлеб	Мандарина	Јогурт, кајгана, зелена салата, хлеб
12.05.2022. Четвртак	Намаз од пилећих прса, сирка, киселих краставаца и кукуруза шећерца, чај нана, хлеб	Пужих са сиром	Пире од спанаћа, фаширана шницла од ослића, кисело млеко, хлеб	Јабука	Пита са јабуком и пш. клицама, бела кафа
13.05.2022. Петак	Млеко, штрудла са маком	Кувана пшеница са орахом и сувим грождјем	Супа, мусака од карфиола, кисело млеко, хлеб	Јабука	Намаз од пилећих прса, сирка, кукуруза шећерца и киселих краставаца, зелена салата, хлеб, јогурт

Нутриционисти - дијететичари : Цвејић Данијела, Цвејић Живојин

Вода	Kj	KCal	Бел.б.	Бел.ж.	Маси	УХ	Na	K	Ca	Mg	P
513.8	4,225.2	1,029.4	15.2	21.9	37.4	134.2	1,023.9	1,762.6	363.0	96.0	656.6
Fe	Zn	Cu	B1	B2	B6	C	RE	PP	Ретин.	Карот.	Ниацин
5.4	2.156	0.353	0.529	1.653	0.655	54.0	405.8	5.642	4.0	1,451.0	5.4