

# ЈЕЛОВНИК ЗА ВРТИЋЕ И ЈАСЛЕ

# СЕПТЕМБАР I ДЕО 2024

## СА ПРЕДЛОГОМ ЈЕЛОВНИКА ЗА РОДИТЕЉЕ ДО КРАЈА ДАНА

ДОРУЧАК, РУЧАК, ВОЋНА ПОРЦИЈА И УЖИНА 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 
02.09.2024 Понедељак	Млеко, кроасан сир	Медњаџи	Пасуљ, купус салата, хлеб	Лубеница	Печено бело месо, барени броколи, барени кромпир са перш. листом, кисело млеко
03.09.2024 Уторак	Чај нана, пилећа прса, павлака, хлеб	Пита са шљивом	Куван купус са свињским месом, парадајз салата, хлеб	Диња	Интегрална кифла са сиром, јогурт
04.09.2024 Среда	Млеко, мед, маргарин, хлеб	Воћни колач	Грашак са пилетином, краставци салата, хлеб	Јабука	Чај нана, туњевина, кечап сирко, хлеб
05.09.2024 Четвртак	Качамак са млеком	Штрудла са маком	Ђувеч од свежег поврћа, фаширана шницла од ослића, купус сал., хлеб	Лубеница	Омлет, јогурт, хлеб, парадајз салата
06.09.2024 Петак	Чај нана, сирко, туњевина, Кечап пире, хлеб	Слатки резанци са пшеничним клицама	Отворена паприка, хлеб, супа, парадајз салата	Јабука	Пита са јабукама, млеко
09.09.2024 Понедељак	Јогурт, пројара са сиром	Ролат са џеомом	Пасуљ, купус салата, хлеб	Јабука	Батак печени, парадајз салата, кисело млеко, хлеб
10.09.2024 Уторак	Јогурт, шунка, павлака, хлеб	Пита са шљивама	Крем чорба од тиквица, шпагете са млевеним месом	Грожђе	Туњевина, кувани парадајз, хлеб
11.09.2024 Среда	Троуглић интегрални са сиром, чај нана	Обланда чоколадна	Мусака од тиквица, кисело млеко, хлеб	Јабука	Млеко, пита са шљивама
12.09.2024 Четвртак	Бела кафа, мармелада, маргарин, хлеб	Сањин колач са кремом и кексом	Кромпир паприкаш са пилетином, купус салата, хлеб	Бресква	Качамак са јогуртом и сирком
13.09.2024 Петак	Чај нана, барено јаје, павлака, хлеб	Слани штапић	Крем чорба од пилетине, запечени резанци са сиром	Јабука	Сардина, печена паприка, парадајз салата, хлеб, кисело млеко

Нутриционисти-дијететичари :Цвејић Данијела,Цвејић Живојин

Нутритивни састав јеловника у вртићу је:

Вода	Kj	Kcal	Бел.б.	Бел.ж.	Масти	Угљ.х.	Na	K	Ca	Mg	P
565.04	4128.45	1003.02	17.15	15.65	35.35	136.80	922.90	1681.40	221.93	86.03	492.86
Fe	Zn	Cu	B1	B2	B6	C	RE	PP	Ретинол	Каротин	Ниацин
5.62	3.07	0.39	0.543	1.850	0.661	57.08	496.86	6.41	30.50	2334.75	6.21