





# ЈЕЛОВНИК ЗА ВРТИЋЕ И ЈАСЛЕ

# АВГУСТ II ДЕО

# 2024

## СА ПРЕДЛОГОМ ЈЕЛОВНИКА ЗА РОДИТЕЉЕ ДО КРАЈА ДАНА

ДОРУЧАК, РУЧАК, ВОЋНА ПОРЦИЈА И УЖИНА ОБЕЗБЕЂЕНИ У ВРТИЋУ ВОЋНА ПОРЦИЈА, УЖИНА II, 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 
16.08.2024. Петак	Чај нана, туњевина, павлака, хлеб	Кекс	Чорба од поврћа, резанци са сиром запечени	Лубеница	Печена паприка, фаширана шницла од јунетине, кисело млеко, хлеб
19.08.2024. Понедељак	Јогурт, пројара са сиром	Ролат са џемом	Пасуљ, купус салата, хлеб	Шљива	Батак печени, парадајз салата, кисело млеко, хлеб
20.08.2024. Уторак	Млеко, мармелада, маргарин, хлеб	Обланда са павлаком и кексом	Мусака са паприкама и тиквицама, кисело млеко, хлеб	Диња	Пита са месом преливена млеком и јајима, јогурт
21.08.2024. Среда	Чај нана, туњевина, павлака, хлеб, кечап	Слатки резанци са пшеничним клицама	Кромпир пире, фаширана шницла од ослића, краставац салата, хлеб	Диња	Гибаница, јогурт
22.08.2024. Четвртак	Качамак са млеком	Меденаци	Грашак са пилетином и кукурузом шећерцом, купус салата, хлеб	Шљива	Мусли са јогуртом и бананом
23.08.2024. Петак	Чај нана, сирко, шунка, хлеб	Кекс - петит	Парадајз чорба, лазање са макаронама и млевеним месом	Бресква	Печена паприка, пилећа цигерица, хлеб, кис. млеко
26.08.2024. Понедељак	Бела кафа, царска пита	Црни чоколадни колач	Пасуљ, краставац салата, хлеб	Лубеница	Ослић печени са кук. брашном, барени кромпир са перш. листом, кисело млеко
27.08.2024. Уторак	Чај нана, сирко, пилећа прса Кечап пире, хлеб	Обланда чоколадна	Супа, отворена паприка, хлеб, парадајз салата	Лубеница	Пита са јабукама, млеко
28.08.2024. Среда	Чај нана, намаз од печенице, павлаке, кук. шећерца и киселих краставаца, хлеб	Пита са шљивама	Крем чорба од тиквица, шпагете са млевеним месом	Бресква	Сардина, кувани парадајз кисело млеко, хлеб
29.08.2024. Четвртак	Мед, млеко, маргарин, хлеб	Сањин колач са кремом и кексом	Кромпир паприкаш са пилетином, купус салата, хлеб	Диња	Туњевина, павлака, хлеб, парадајз салата, кис. млеко
30.08.2024. Петак	Чај нана, туњевина, павлака, хлеб	Кекс	Чорба од поврћа, резанци са сиром запечени	Лубеница	Печена паприка, фаширана шницла од јунетине, кисело млеко, хлеб

Нутриционисти-дијететичари :Цвејић Данијела, Цвејић Живојин

Нутритивни састав јеловника у вртићу је:

Вода	Кј	Kcal	Бел.б.	Бел.ж.	Масти	Угљ.х.	Na	K	Ca	Mg	P
653.38	4093.36	1001.04	16.62	16.93	37.71	130.27	1009.40	1740.27	305.26	107.61	562.73
Fe	Zn	Cu	B1	B2	B6	C	RE	PP	Ретинол	Каротин	Ниацин
5.86	4.14	0.41	0.564	2.034	0.689	64.27	553.23	5.38	14.27	2622.55	5.28