


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 
15.01.2024. Понедељак	Млеко, пројара са сиром	Црни чоколадни колач	Пасуљ, купус салата, хлеб	Јабука	Пита са празликуком и мл. месом, преливена млеком и јајима, јогурт
16.01.2024. Уторак	Млеко, маргарин, мед, хлеб	Пита са јабуком	Боранија са св. месом, хлеб, цвекла	Мандарина	Печено бело пилеће месо са кукурузним брашном, хлеб, цвекла салата, јогурт
17.01.2024. Среда	Интегрална кифла са сиром, чај нана	Ролат са џеџом	Кромпир паприкаш са пилетином, купус салата, хлеб	Јабука	Пита са дулеком, бела кафа
18.01.2024. Четвртак	Качмак са млеком	Плетеница	Ћаширана шницла од ослића, купус салата, динстани грашак, хлеб	Јабука	Печеница, сирко, јогурт, хлеб
19.01.2024. Петак	Чај нана, павлака, туна, кечап, хлеб	Пшеница са орахом и сув. грожђем	Крем чорба од пилетине, запечени резанци са сиром	Јабука	Сардина, хлеб, куван кукуруз шећерац, зелена салата
22.01.2024. Понедељак	Намаз од шунке, јаја, павлаке и кис. краставаца хлеб, бела кафа	Воћни колач	Пасуљ, купус салата, хлеб	Јабука	Пилећа цигерица, спанаћ пире, кисело млеко, хлеб
23.01.2024. Уторак	Млеко, маргарин, мармелада, хлеб	Штрудла мак	Крем чорба од дулека, ђуфта у парадајз сосу са резанцима	Банана	Барени броколи, пржено јаје, кисело млеко, хлеб
24.01.2024. Среда	Пилећа прса, павлака, хлеб, чај нана	Пита са дулеком	Кељ са јунетином, хлеб	Јабука	Попара са младим сиром
25.01.2024. Четвртак	Јогурт, интегрална кифла са сиром	Чупавац са кокосом	Грашак са кук. шећерцом и са пилетином, купус салата, хлеб	Јабука	Мусли са јогуртом и бананом
26.01.2024. Петак	Чај нана, барено јаје, сирко, хлеб	Пудинг	Шарен пилав, фаширана шницла од ослића, купус салата, хлеб	Јабука	Млеко, маслац, мед, хлеб
29.01.2024. Понедељак	Јогурт, царска пита	Колач са вишњом	Пасуљ, купус салата, хлеб	Јабука	Печено бело месо, барени броколи, Барени кромпир са п. листом, кис. млеко
30.01.2024. Уторак	Чај, сирко, барено јаје, хлеб	Анкин колач	Потаж чорба од бундеве, шпагети са млевеним месом	Поморанџа	Кисело млеко, пилећа цигерица, цвекла, хлеб
31.01.2024. Среда	Качмак са млеком	Слани штапић	Супа, фаширана шницла од ослића, купус салата, кромпир пире, хлеб	Јабука	Печеница, сирко, јогурт, хлеб

Нутриционисти-дијететичари : Цвејић Данијела, Цвејић Живојин

Вода	Kj	Kcal	Бел.б.	Бел.ж.	Маси	Угљ.х.	Na	K	Ca	Mg	P
471.38	4082.11	988.63	15.76	17.82	35.43	134.16	941.02	1647.80	372.09	93.70	587.11
Fe	Zn	Cu	B1	B2	B6	C	RE	PP	Ретинол	Каротин	Ниацин
5.12	2.05	0.38	0.448	1.643	0.615	55.05	274.30	4.21	6.75	770.38	4.05