

## 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 
18.03.2024. Понедељак	Интегрални кроасан, јогурт	Меденаџи	Пасуљ, купус салата, хлеб	Јабука	Царска пита са интегралним брашном, шунком и сиром, јогурт
19.03.2024. Уторак	Пужих са сиром, чај нана	Кекс	Кромпир пире, фаширана шницла од свињског меса, купус салата, хлеб	Јабука	Гибаница, јогурт
20.03.2024. Среда	Млеко, маргарин, мед, хлеб	Пита са јабуком	Куван купус са свињским месом, хлеб	Јабука	Печено бело пилеће месо, зелена салата, хлеб, кисело млеко
21.03.2024. Четвртак	Троуглић са сиром, чај нана	Воћни колач	Грашак залеђени са пилетином, цвекла салата, хлеб	Поморанџа	Јогурт, сирко, туњевина, кечап, хлеб
22.03.2024. Петак	Чај нана, павлака, печеница, хлеб	Слани штапић	Крем чорба од поврћа, резанци запечени са сиром	Јабука	Батак или каратак печени, пире од блитве, кисело млеко, хлеб
25.03.2024. Понедељак	Ливена пита, јогурт	Ролат са џемом	Пасуљ, купус салата, хлеб	Јабука	Кајгана, зелена салата, хлеб, кисело млеко
26.03.2024. Уторак	Намаз од пилећих прса, шећерца, павлаке и к. краставаца, хлеб, чај нана	Кекс-чајни колутићи	Спанаћ пире, фаширана шницла од млевеног меса, кисело млеко, хлеб	Јабука	Качамак са младим сиром и јогуртом
27.03.2024. Среда	Интегрална кифла са сиром, чај нана	Кох од гриза	Кромпир паприкаш са пилетином, купус салата, хлеб	Јабука	Пита са вишњама преливена јајима, гризом и јогуртом, млеко
28.03.2024. Четвртак	Качамак са млеком	Плетеница	Шарен пилав, фаширана шницла од ослића, зелена салата, хлеб	Мандарина	Сардина, куван кукуруз шећерац, хлеб, кисело млеко
29.03.2024. Петак	Барено јаје, павлака, хлеб чај нана	Штрудла џем	Крем чорба од поврћа, резанци са сиром запечени	Јабука	Ослић са кукурузним брашном, кувани парадајз, хлеб

Нутриционисти-дијететичари : Цвејић Данијела, Цвејић Живојин

Вода	Кј	Kcal	Бел.б.	Бел.ж.	Масти	Угљ.х.	Na	К	Са	Mg	Р
427.72	4203.98	1025.94	14.36	17.22	37.36	139.12	1011.25	1526.20	290.18	77.26	508.22
Fe	Zn	Cu	B1	B2	B6	C	RE	PP	Ретинол	Каротин	Ниацин
5.17	1.70	0.33	0.529	1.493	0.642	45.20	360.97	4.18	14.27	1355.00	4.00