

ЈЕЛОВНИК



ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА
ЂУРЂЕВДАН
КРАГУЈЕВАЦ

Број: 07-6419

Датум: 24.11.2021

од 29.11.2021. до 03.12.2021. године

Датум	Дан	Доручак	Ужина	Ручак
29.11.	Понедељак	Компот, павлака, суви врат, хлеб (попара)	Гриз (гриз)	Крем чорба, шпагете са млевеним месом (пире од поврћа са месом)
30.11.	Уторак	Чоколадно млеко, намаз са јајима, хлеб (кајгана)	Медено срце (чоколино)	Бечки купус са сецканим месом, хлеб-јабука (пасирано)
01.12.	Среда	Млеко, бутер, мед, хлеб (медолино)	Погачице са сиром интеграл (палента са сиром)	Мусака од карфиола са месом, кисело млеко, хлеб (пасирано)
02.12.	Четвртак	Чај, сендвич са шунком, хлеб (каша)	Колач са бундевом (печена бундева)	Пасуљ са сувим ребрима, свеж купус-шаргарепа, хлеб (пасирано)
03.12.	Петак	Јогурт, царска пита (качамак)	Јабука-кекс (воћна каша)	Мешано вариво, пржена риба, хлеб (пасирано)

Датум	Калорије	Беланчевине	Масти	Угљени хидрати	Минерали		Витамини			
					Са	Fe	А	В1	В2	С
29.11.	934/923	34.2/32.9	30.9/30.3	140/126	384/690	6.3/5.6	298/325	0.58/0.61	0.62/0.96	18/14
30.11.	946/925	33,4/32,7	31,2/30	139/127	527/495	4,7/3,1	561/541	0,32/0,28	0,68/0,66	6/6
01.12.	936/908	35,4/33	32,6/31	138/125	102/364	4,4/3,4	416/421	0,22/0,43	0,17/0,74	7/6
02.12.	926/909	34,1/32,2	33,8/30,2	134/122	497/291	2,6/3,3	907/628	0,49/1,05	0,93/0,64	4/3
03.12.	949/913	35.6/33.2	32.9/32.4	147/137	313/122	5.5/3.9	332/278	0.42/0.31	0.57/0.25	7/4
Просек	938/915	34,5/32,8	32,8/30,8	139/127	364/392	4,6/3,8	502/438	0,40/0,56	0,,48/0,56	8/6,6

Напомена: у загради је јеловник за децу јасленог узраста и од 6-12 месеци

Јеловник саставила комисија у саставу: сарадник на ПЗЗ Милинка Недељковић, Драган

ЂурЂевић – шеф кухиње, Цогољевић Ана-нутрициониста, Љиљана Мијуџић мед. сестра, Дивна Лазаревић-васпитач

ЈЕЛОВНИК



ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА
ЂУРЂЕВДАН
КРАГУЈЕВАЦ

Број: 07-6420

Датум: 24.11.2021

од 06.12.2021. до 10.12.2021. године

Датум	Дан	Доручак	Ужина	Ручак
06.12.	Понедељак	Јогурт, хамбуршка сланина, хлеб (палента-јогурт)	Лимунада-о-лала (гриз)	Јунећа чорба, пилав са сецканим месом, цвекла салата, хлеб (пасирано)
07.12.	Уторак	Јогурт, прженица (омлет)	Мандарина-кекс (банана)	Ђуфте у парадајз сосу, макарона гарнир, купус салата свеж, хлеб (пасирано)
08.12.	Среда	Млеко, еуро крем, хлеб (чоколино)	Мекике са сиром (попара са сиром)	Динстан грашак са месом, кисели купус салата, хлеб (пасирано)
09.12.	Четвртак	Чај, домаћа паштета од туњевине, хлеб (каша)	Мандарина-кекс (печена бундева)	Супа са звездивама, кромпир пире, пил. печење, цвекла, хлеб (пасирано)
10.12.	Петак	Качамак са сиром и хељдом (качамак)	Штрудла са маком (банана)	Сарма од киселог купуса са месом, хлеб (свеж купус са месом)

Датум	Калорије	Беланчевине	Масти	Угљени хидрати	Минерали		Витамини			
					Са	Fe	А	В1	В2	С
06.12.	927/916	36.4/30.7	31.7/28.4	136/111	358/499	10.4/14	573/426	0.44/0.45	0.73/0.71	23/14
07.12.	933/918	35/29	33.9/30	155/129	544/471	6.9/5.2	270/250	0.39/0.21	0.64/0.59	14/13
08.12.	940/923	35/33	32.2/28.4	133/107	532/374	2,5/2,4	352/374	0.60/0.57	0.75/0.71	21/21
09.12.	928/912	32.5/30.9	34.7/29.7	136/104	361/330	2,4/3,3	921/453	0.35/0.31	0.79/0.84	21/25
10.12.	921/907	33,5/30,9	30,3/30	129/112	375/259	8,2/7,2	1307/972	0,43/0,32	0,62/0,72	28/21
Просек	929/915	34,8/31,5	32,5/29,3	137/112	434/386	6,1/6,1	684/495	0,44/0,37	0,70/0,71	23/20

Напомена: у загради је јеловник за децу јасленог узраста и од 6-12 месеци

Јеловник саставила комисија у саставу: сарадник на ПЗЗ Милинка Недељковић, Драган

ЂурЂевић – шеф кухиње, Цогољевић Ана-нутрициониста, Љиљана Мијуџић мед. сестра, Дивна Лазаревић-васпитач