

ЈЕЛОВНИК



Број:07-16

Датум: 05.01.2022

од 10.01. до 14.01.2022.године

Датум	Дан	Доручак	Ужина	Ручак
10.01.	Понедељак	Компот,павлака,суви врат,хлеб(попара са сиром)	Пудинг (пудинг)	Јунећа чорба,макарона са сиром-запечена (пасирано)
11.01.	Уторак	Јогурт,паштета домаћа од туњевине,хлеб(каша)	јабука-кекс (печ. јабука са кексом)	Јунећи гулаш,гарнир пиринач,купус салата,хлеб (пасирано)
12.01.	Среда	Млеко,бутер,мед,,хлеб (медолино)	Пуж са сиром (кекс каша)	Бечки купус са млевеним месом ,хлеб (пасирано)
13.01.	Четвртак	Јогурт,прженица (омлет)	Воћни колач са јабукама(ренд. јабука)	Пилав са месом,цвекла салата,хлеб (пасирано)
14.01.	Петак	Качамак са сиром и хељдом(качамак)	Банана (банана)	Динстана шаргарепа,пилеће печење,хлеб(пасирано)

Датум	Калорије	Беланчевине	Масти	Угљени хидрати	Минерали		Витамини			
					Са	Fe	А	В1	В2	С
10.01.	916/906	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	23/24
11.01.	910/907	35/33	32.2/28.4	133/117	532/374	25/24	352/374	0.60/0.57	0.75/0.71	11/11
12.01.	928/911	33.5/32.5	34.7/29.7	136/114	361/330	24/33	921/453	0.35/0.31	0.79/0.84	12/15
13.01.	909/894	30,2/30	25,7/29	136/129	754/681	5,5/6,1	311/601	0,33/0,31	0,58/0,99	6/7
14.01.	917/880	35/29	33.9/30	135/129	544/471	6.9/5.2	270/250	0.39/0.21	0.64/0.59	4/3
Просек	916/899	35/31	30,8/29	136/120	509/471	12/16	482/420	0,48/0,37	0,68/0,76	11/12

Напомена: у загради је јеловник за децу јасленог узраста и од 6-12 месеци **Јеловник саставила комисија у саставу:** сарадник на ПЗЗ Миљинка Недељковић, Драган ЂорЂевић –шеф кухиње, Цогољевић Ана-нутрициониста, Љиљана Мијуџић мед.сестра, Дивна Лазаревић-васпитач