

ЈЕЛОВНИК



ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА

ЂУРЂЕВИЋАН

КРАГУЈЕВАЦ

Број

Датум:

од 19.09. до 23.09.2022.године

Датум	Дан	Доручак	Ужина	Ручак
19.09.	Понедељак	Чај,павлака,суви врат,хлеб (попара са сиром)	Сутлијаш (сутлијаш)	Шпагете са млевеим месом,краставац шнита(пасирано-пире од поврћа)
20.09.	Уторак	Јогурт,руска салата,хлеб (каша-руска салата)	Грожђе -кекс (банана)	Супа са фидом,мусака од кромпира, парадајз,хлеб (пасирано)
21.09.	Среда	Качамак са сиром (палента са сиром)	Медено срце (медолино)	Пуњена парика са месом,краставац, хлеб(пасирано)
22.09.	Четвртак	Млеко,еурокрем,хлеб (чоколино)	Сок-интегр.штапић са сиром(воћна каша)	Пасуљ са сувим ребрима,купус салата хлеб (пасирано)
23.09.	Петак	Јогурт,пекарска кифла (попара од кифле-јогурт)	Грожђе -кекс (банана)	Ђувеч од поврћа,пржена риба,хлеб (пасирано)

Датум	Калорије	Беланчевине	Масти	Угљенихидрати	Минерали		Витамини			
					Са	Fe	А	В1	В2	С
19.09.	937/912	36.2/32.4	31.7/30.9	139/127	476/439	6.6/4.5	914/904	0.41/0.37	0.51/0.69	15/15
20.09.	932/919	34.5/33.8	30.2/28.5	145/117	369/323	7/5.4	697/847	0.24/0.29	0.83/0.82	14/14
21.09.	940/912	32.9/28.8	32.4/21.9	130/128	288/246	32/6.3	907/914	0.42/0.42	0.27/0.26	22/24
22.09.	922/914	33.3/31.4	32/31.7	149/136	331/300	23/22	258/251	0.42/0.40	0.55/0.51	19/19
23.09.	944/918	33.5/32.1	31.6/30.3	138/123.	357/433	7.6/14	427/269	0.50/0.67	0.80/0.45	16/17
Просек	935/915	34.1/31,7	31.5/28.6	140/128	364/348	15/10	640/637	0.34/0.43	0.59/0.54	18/17

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

ЈЕЛОВНИК



Број

Датум:

од 26.09. до 30.09.2022.године

Датум	Дан	Доручак	Ужина	Ручак
26.09.	Понедељак	Јогурт,паштета од туњевине ,хлеб (паштета од поврћа)	Крофне (чоколино)	Грашак са пилетином,парадајз,хлеб (пасирано)
27.09.	Уторак	Чај,крем сир ,печеница,хлеб (беби омлет)	Пудинг (пудинг)	Јунећа чорба,макарона са сиром и спанаћем (поврће са јунетином)
28.09.	Среда	Јогурт,прженица (кајгана)	Воће-кекс (кекс каша)	Мусака од карфиола са месом,кисело млеко,хлеб (пасирано)
29.09.	Четвртак	Млеко,домаћа паштета од пилетине,хлеб (каша)	Грожђе-кекс (воћна каша са кексом)	Ђуфте у парадајз сосу,гарнир макарона, свеж купус,хлеб(пасирано)
30.09.	Петак	Јогурт,пројаница (качамак-јогурт)	Чоколадна тортица (рижolino)	Кромпир пире,свињко печење,парадајз, хлеб (пасирано)

Датум	Калорије	Беланчевине	Масти	Угљенихидрати	Минерали		Витамини			
					Са	Fe	А	В1	В2	С
26.09.	933/908	32/29.9	35.7/31	120/106	587/465	4.2/2.7	688/646	0.31/0.19	0.69/0.55	16/11
27.09.	919/896	33.2/21.9	24.7/18	124/109	129/92	51/25	1151/1006	0.35/0.30	0.33/0.43	35/38
28.09.	928/885	30.9/33.5	29.9/26.4	143/108	515/491	8.1/5.3	755/698	0.24/0.27	0.92/0.84	40/33
29.09.	942/879	34.6/31.5	32.7/25.2	135/109	99/81.5	5.4/4	163/137	0.35/0.29	0.37/0.36	41/48
30.09.	926/874	38.3/29.4	32.5/20.2	127/106	580/270	6.8/5.6	1657	0.50/0.44	0.93/0.76	31/34
Просек	938/883	31/27.2	31.1/24.3	128/108	382/284	15.2/8.6	882/770	0.35/0.29	0.64/0.58	32/31

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

Јеловник саставила комисија у саставу: сарадникна ПЗЗ Миљинка Недељковић, Драган

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