# 

# **Јеловник за период 11.03.-15.03.2024.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Понедељак | Уторак | Среда | Четвртак | Петак |
| Доручак | Домаће сусам кифлице са сиром\* | Кувано јаје, павлака, хлеб\* | Проја са празилуком и сиром, јогурт\* | Домаћи џем од јабука, млеко, хлеб\* | Домаћа пита савијача са сиром\* |
| Ужина 1 | Сезонско воће | Сезонско воће | Сезонско воће | Сезонско воће | Сезонско воће |
| Ручак | Боранија са јунетином, домаћа цвекла салата, хлеб | Домаћа пилећа супа са просом, спанаћ са пилетином, хлеб\* | Пасуљ са домаћим димљеним месом, купус салата, хлеб | Домаћа јунећа супа са резанцима, ћуфте у парадајз сосу, пире кромпир, хлеб\* | Парадајз чорба, пилав са пилетином, купус-шаргарепа салата, хлеб |
| Ужина 2 | Колач са шаргарепом\* | Лења пита\* | Чоко ролат\* | Пица пројице\* | Кокос сутлијаш\* |

\*Присуство млека, јаја, рибе, меда или њихових производа (потенцијални алергени)

***Просечна калоријска и нутритивна вредност једнодневног јеловника***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Енергетска вредност (kJ) | Proteini  (g) | Масти (g) | Угљени хидрати (g) | Минерали | | Витамини | | | |
| *Ca (mg)* | *Fe (mg)* | *A (mg)* | *B1 (mg)* | *B2 (mg)* | *C (mg)* |
| 4217,4 | 34,7 | 29,9 | 150,18 | 501,4 | 8,77 | 438,3 | 0,79 | 0,64 | 65,2 |

# 

# **Јеловник за период 18.03. – 22.03.2024.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Понедељак | Уторак | Среда | Четвртак | Петак |
| Доручак | Омлет са шунком, хлеб\* | Царска пита, јогурт\* | Овсене пахуљице, млеко\* | Домаће сусам кифлице са шунком | Домаћи сирни намаз, хлеб\* |
| Ужина 1 | Сезонско воће | Сезонско воће | Сезонско воће | Сезонско воће | Сезонско воће |
| Ручак | Потаж од црвеног сочива, рибљи штапићи, пире од спанаћа, хлеб\* | Соте са пилетином, леблебијама и кукурузом, витаминска салата, хлеб | Домаћа јунећа супа са резанцима, паста болоњез, купус салата | Кромпир паприкаш са јунетином, домаћа цвекла салата, хлеб | Домаћа пилећа супа са просом, мексикана сервирана на белом пиринчу, хлеб |
| Ужина 2 | Кокос колач\* | Чоко мафин | Мађарице са ајваром и сиром\* | Мраморни колач\* | Питуљице са шунком и сиром\* |

\*Присуство млека, јаја, рибе, меда или њихових производа (потенцијални алергени)

***Просечна калоријска и нутритивна вредност једнодневног јеловника***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Енергетска вредност (kJ) | Proteini  (g) | Масти (g) | Угљени хидрати (g) | Минерали | | Витамини | | | |
| *Ca (mg)* | *Fe (mg)* | *A (mg)* | *B1 (mg)* | *B2 (mg)* | *C (mg)* |
| 4196,5 | 31,4 | 32,1 | 147,2 | 477,8 | 9,1 | 492,49 | 0,69 | 0,74 | 66,5 |