

Ј Е Л О В Н И К
важи од 19.11. - 23.11.2018. год.

ДАНИ	ДОРУЧАК	УЖИНА I	РУЧАК	САСТАВ РУЧКА	УЖИНА II
ПОНЕДЕЉАК 19.11.2018	Хлеб, намаз од јаја, млеко	***Пекарска кифла са џемом	Шпагете са болоњеза сосом, салата од купуса	Шпагете: шпагете, црни лук, бели лук, парадајз пире, шаргарепа, јунећи бут, свињски бут, оригано, уље. Салата: купус, јабуково сирће, со, уље.	јабука
УТОРАК 20.11.2018	Хлеб, туњевина, павлака, какао	Жито са јабуком и орасима	Крем чорба од поврћа, мусака од карфиола, кисело млеко	Крем чорба од поврћа: шаргарепа, црни лук, кромпир, карфиол, млеко, со, уље. Мусака од карфиола: карфиол, јунећи бут, свињски бут, црни лук, шаргарепа, со, уље, јаје, млеко., кисело млеко	крушка
СРЕДА 21.11.2018	Хлеб, бутер, џем, чај	*Топла чоколада, кекс	Панирани ослић, рестован кромпир, салата од купуса	Панирани ослић: панирани ослић, уље. Рестован кромпир: кромпир, црни лук, алева паприка, со, уље. Салата: купус, со, јабуково сирће.	мандарина
ЧЕТВРТАК 22.11.2018	Хлеб, намаз са качкаваљем и сусусамом, какао	Переца, јогурт	Сладак купус са месом, хлеб	Сладак купус: купус, црни лук, шаргарепа, кромпир, свињски бут јунећи бут, со, уље, алева паприка.	крушка
ПЕТАК 23.11.2018	Качамак са сиром, јогурт	**Лења пита са бундевом, чај	Пасуљ са поврћем, салата од купус, хлеб	Пасуљ: пасуљ, црни лук, шаргарепа, кромпир, со, уље, алева паприка. Салата: купус, јабуков сирће, со, уље	поморанџа

	<i>КЈ</i>	<i>Протеини</i>	<i>Масли</i>	<i>Угљени хидрати</i>	<i>Са</i>	<i>Fe</i>
Просек	4352	38	39	142	549	7

Напомена:

* Присуство млека или млечних производа у оброку

** Присуство јаја у оброку

*** Присуство јаја и млека и / или млечних производа у оброку

Одговорно лице: **Рада Вејин, Тања Миленковски - Дијететичар - нутрициониста**