

Heti étlap 2024.04.08. - 2024.04.12.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej 2,8 %, Vajas-baracklekváros kukoricás kenyér	Csipkebogyó tea , Párizsis teljes kiőrlésű császárszemle , Vajretek	Tej 2,8 %, Sültsonkás-trappistasajtós kenyér, Kígyóuborka	Gyümölcsjoghurt, Margarinós kifli	Tej 2,8 %, Vajas kalács
		Energia: 279,99 Kcal / 1 170,36 KJ	Energia: 147,00 Kcal / 614,46 KJ	Energia: 308,41 Kcal / 1 289,15 KJ	Energia: 184,82 Kcal / 772,55 KJ	Energia: 352,51 Kcal / 1 473,49 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		10,88 g 12,97 g 6,42 g	5,02 g 11,95 g 3,55 g	18,77 g 19,12 g 8,43 g	5,37 g 10,47 g 2,23 g	11,55 g 16,81 g 8,16 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
38,43 g 6,30 g 0,41 g	21,94 g 6,24 g 0,68 g	32,36 g 0,10 g 1,53 g	29,62 g 14,80 g 0,26 g	36,57 g 2,80 g 0,55 g		
Tízórai	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Gyümölcsös gyerek tea	Multivitaminlé 100%	Házi limonádé citrommal	Csipkebogyó tea	Gyümölcsös gyerek tea
		Energia: 30,83 Kcal / 128,87 KJ	Energia: 66,39 Kcal / 277,51 KJ	Energia: 34,70 Kcal / 145,05 KJ	Energia: 30,85 Kcal / 128,95 KJ	Energia: 30,83 Kcal / 128,87 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		0,08 g 0,11 g 0,00 g	0,75 g 0,00 g 0,00 g	0,06 g 0,09 g 0,00 g	0,08 g 0,11 g 0,00 g	0,08 g 0,11 g 0,00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
6,68 g 6,24 g 0,00 g	14,85 g 14,25 g 0,00 g	7,84 g 7,49 g 0,00 g	6,68 g 6,24 g 0,00 g	6,68 g 6,24 g 0,00 g		
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Joghurtos rakott karfiol, Szilva kompót, Köles golyó	Tejfőlös pulykafelsőcomb, Tarhonya köret , Gyümölcsmix	Sertés gulyásleves, Rácsos linzer, Alma	Húsgombóc, Sós kamártás, Burgonya püré, Alma	Sült sertés virsli, Finomfőzelék , Banán
		Energia: 229,96 Kcal / 961,23 KJ	Energia: 440,90 Kcal / 1 842,96 KJ	Energia: 359,58 Kcal / 1 503,04 KJ	Energia: 520,08 Kcal / 2 173,93 KJ	Energia: 269,27 Kcal / 1 125,55 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		15,12 g 10,49 g 2,35 g	17,44 g 19,24 g 4,66 g	12,91 g 17,00 g 5,61 g	18,71 g 16,44 g 5,25 g	10,38 g 7,21 g 2,70 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
31,01 g 3,57 g 1,22 g	49,28 g 1,09 g 2,46 g	38,93 g 11,80 g 1,27 g	72,86 g 14,99 g 1,77 g	40,22 g 5,26 g 3,56 g		





Heti étlap 2024.04.08. - 2024.04.12.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Uzsonna	(00480) Gyermek (1-3 év)	Gyümölcsös gyerek tea, Házi pizzakrém , Teljes kiőrlésű kenyér, Zöldpaprika	Csipkebogyó tea , Házi csirkemájkrém , Teljes kiőrlésű kenyér, Zöldhagyma	Gyümölcsös gyerek tea, Tojásomlett, Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom	Csipkebogyó tea , Húspástétomos teljes kiőrlésű kenyér, Vajretek	Gyümölcsös gyerek tea, Körözött túró , Teljes kiőrlésű kenyér, Sárgarépa										
		Energia: 190,42 Kcal / 795,96 Kj	Energia: 210,63 Kcal / 880,43 Kj	Energia: 175,70 Kcal / 734,43 Kj	Energia: 172,13 Kcal / 719,50 Kj	Energia: 187,97 Kcal / 785,71 Kj										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		4,97 g	3,98 g	0,37 g	6,77 g	7,30 g	2,22 g	10,60 g	9,93 g	4,07 g	5,05 g	3,46 g	0,04 g	7,11 g	4,29 g	1,97 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
32,38 g	8,24 g	2,25 g	28,44 g	6,24 g	0,85 g	19,14 g	6,24 g	0,72 g	27,61 g	6,24 g	0,28 g	29,12 g	6,24 g	0,54 g		

.....
Élelmezésvezető

