

Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

		hétfő	kedd	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermek (1-3 év)	Tej 2,8 %, Vajas teljes kiőrlésű kifli	Csipkebogyó tea , Margarinos t.ő.cs.zsemle, Kockasajt, Piros retek	Tejeskávé, Vajas fatörzs kifli	Tej 2,8 %, Pulykamellsonkás-trappistasajt t.ő.ken, Kaliforniai paprika
		Energia: 258,51 Kcal / 1 080,57 Kj	Energia: 111,78 Kcal / 467,24 Kj	Energia: 338,56 Kcal / 1 415,18 Kj	Energia: 305,17 Kcal / 1 275,61 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		10,43 g 16,61 g 6,42 g	2,96 g 8,87 g 2,53 g	11,84 g 16,97 g 8,18 g	18,29 g 19,04 g 8,29 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
23,54 g 0,00 g 0,38 g	22,33 g 6,44 g 0,24 g	46,21 g 7,77 g 0,66 g	32,58 g 0,00 g 1,42 g		
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év)	Gyümölcsös gyerek tea	Multivitaminlé 100%	Házi limonádé citrommal	Csipkebogyó 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
		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
		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		
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év)	Sertéshús-hasé, Kelkáposzta főzelék, Alma	Sült csirkemell csíkok, Almamártás, Párolt köles , Sajtós ropi	Csirkebecsinált leves , Almás linzer házi 1/2 a.	Egybesült vagdalt, Paradicsomos káposztafőzelék, Körte
		Energia: 321,39 Kcal / 1 343,41 Kj	Energia: 354,24 Kcal / 1 480,72 Kj	Energia: 382,86 Kcal / 1 600,35 Kj	Energia: 302,32 Kcal / 1 263,70 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		16,24 g 17,58 g 5,86 g	16,08 g 9,29 g 2,24 g	17,78 g 16,88 g 5,38 g	14,50 g 9,29 g 1,86 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
24,57 g 0,27 g 1,57 g	51,71 g 9,99 g 1,70 g	39,91 g 11,76 g 1,32 g	39,19 g 8,49 g 1,18 g		





Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

		hétfő			kedd			csütörtök			péntek		
Uzsonna	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Gyümölcsös gyerek tea, Zalaifelvágottas kenyér , Zöldpaprika			Csipkebogyó tea , Házi túrókrém, Félbarna kenyér			Házi meggyes joghurt , Margarinos rozsos kenyér			Csipkebogyó tea , Vajkrémes rozsos kenyér , Zöldhagyma		
		Energia: 189,76 Kcal / 793,20 KJ			Energia: 184,01 Kcal / 769,16 KJ			Energia: 179,02 Kcal / 748,30 KJ			Energia: 148,85 Kcal / 622,19 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		7,38 g	12,55 g	3,75 g	7,41 g	2,91 g	1,39 g	8,15 g	12,47 g	7,34 g	4,59 g	4,86 g	4,95 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28,36 g	6,24 g	0,84 g	30,53 g	8,24 g	0,25 g	32,09 g	8,31 g	0,67 g	27,47 g	6,24 g	0,09 g		

.....
Élelmezésvezető

