

Heti étlap 2024.05.20. - 2024.05.24.

		kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej 2,8 %, Vajas-baracklekváros kukoricás kenyér	Tejeskávé, Csirkemellsonkás t.ő.császárszemle , Vajretek	Gyümölcsös gyerek tea, Trappista sajtos teljes őrlésű kifli, Kígyóuborka	Tej 2,8 %, Vajas briós
		Energia: 279,99 Kcal / 1 170,36 Kj	Energia: 258,57 Kcal / 1 080,82 Kj	Energia: 167,12 Kcal / 698,56 Kj	Energia: 278,31 Kcal / 1 163,34 Kj
		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	12,69 g 15,80 g 5,36 g	8,33 g 16,64 g 5,03 g	9,37 g 14,87 g 7,36 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
38,43 g 6,30 g 0,41 g	34,08 g 3,00 g 0,92 g	20,23 g 6,24 g 0,65 g	27,03 g 3,91 g 0,26 g		
Tízórai	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Gyümölcsös gyerek tea	Csipkebogyó tea	Almalé 100%	Házi limonádé citrommal
		Energia: 30,83 Kcal / 128,87 Kj	Energia: 30,85 Kcal / 128,95 Kj	Energia: 65,67 Kcal / 274,50 Kj	Energia: 34,70 Kcal / 145,05 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	0,08 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
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
6,68 g 6,24 g 0,00 g	6,68 g 6,24 g 0,00 g	15,30 g 14,55 g 0,01 g	7,84 g 7,49 g 0,00 g		
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Sajtos kölesfasírt, Finomfőzelék , Alma , Egészséges céklatorta	Csöbensült brokkoli , Almakompót, Köles golyó	Eszterházy szűzermék , Copfocska tészta , Banán	Sült csirkecombfilé, Parajfőzelék, Burgonya püré, Alma
		Energia: 425,93 Kcal / 1 780,39 Kj	Energia: 303,35 Kcal / 1 268,00 Kj	Energia: 453,29 Kcal / 1 894,75 Kj	Energia: 398,79 Kcal / 1 666,94 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		16,19 g 15,12 g 4,08 g	24,08 g 14,74 g 6,91 g	19,34 g 16,82 g 4,42 g	18,59 g 14,00 g 4,24 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
65,58 g 8,53 g 4,05 g	25,04 g 5,03 g 1,02 g	55,18 g 0,78 g 1,70 g	49,00 g 0,00 g 1,84 g		





Heti étlap 2024.05.20. - 2024.05.24.

		kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Uzsonna</b>	<b>(00480) Gyermek (1-3 év)</b>	Gyümölcsös gyerek tea, Házicsirkemájkrémes teljesőrlésű kenyér , Zöldhagyma	Ivóyoghurt, Kalács foszlós 500g	Tej 2,8 %, Burgonyás pogácsa	Gyümölcsös gyerek tea, Párizsis kenyér , Savanyú káposzta
		Energia: 196,37 Kcal / 820,83 KJ	Energia: 214,24 Kcal / 895,52 KJ	Energia: 339,04 Kcal / 1 417,19 KJ	Energia: 182,84 Kcal / 764,27 KJ
		Fehérje 7,30 g Zsír 5,01 g T.Zsírsav 2,11 g	Fehérje 6,16 g Zsír 3,75 g T.Zsírsav 2,03 g	Fehérje 12,17 g Zsír 15,68 g T.Zsírsav 7,57 g	Fehérje 6,51 g Zsír 12,17 g T.Zsírsav 3,67 g
		Szénhidrát 29,46 g Cukor 6,30 g Só 0,57 g	Szénhidrát 37,72 g Cukor 21,20 g Só 0,51 g	Szénhidrát 37,45 g Cukor 1,00 g Só 1,34 g	Szénhidrát 28,02 g Cukor 6,24 g Só 0,89 g

.....  
Élelmezésvezető

