

Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

		hétfő			kedd			csütörtök			péntek		
<b>(00153) Tejmentes bölcsőde</b>	<b>Reggeli</b>	Gyümölcsös gyerek tea, Főtt virsli, Teljeskiőrlésű kifli, Reszelt cékla			Csipkebogyó tea , Tonhalkrém, Teljes kiőrlésű császárszemle, Vajretek			Csipkebogyó tea , Tavaszi felvágottas teljes kiőrlésű kifli, Reszelt sárgarépa			Csipkebogyó tea , Pulykamellsonkás teljes kiőrlésű kenyér, Csemege uborka		
		Energia: 111,45 Kcal / 465,86 Kj			Energia: 165,71 Kcal / 692,67 Kj			Energia: 182,44 Kcal / 762,60 Kj			Energia: 189,10 Kcal / 790,44 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		3,94 g	4,14 g	0,00 g	7,25 g	5,15 g	1,27 g	6,15 g	10,59 g	2,06 g	7,25 g	4,53 g	1,17 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	20,77 g	6,24 g	0,20 g	21,97 g	6,24 g	0,42 g	21,73 g	6,24 g	0,68 g	28,82 g	6,91 g	0,81 g	
	<b>Tízórai</b>	Gyümölcsös gyerek tea			Csipkebogyó tea			Gyümölcsös gyerek tea			Csipkebogyó tea		
		Energia: 30,83 Kcal / 128,87 Kj			Energia: 30,85 Kcal / 128,95 Kj			Energia: 30,83 Kcal / 128,87 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	0,08 g	0,11 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
6,68 g	6,24 g	0,00 g	6,68 g	6,24 g	0,00 g	6,68 g	6,24 g	0,00 g	6,68 g	6,24 g	0,00 g		
<b>Ebéd</b>	Sertéshús-hasé, Kelkáposzta főzelék, Alma			Sült csirkemell csíkok, Almamártás, Párolt köles , Rizskorong			Csirkebecsinált leves , Almás linzer házi 1/2 a.			Egybesült vagdalt, Paradicsomos káposztafőzelék, Körte, Teljes kiőrlésű kenyér			
	Energia: 247,99 Kcal / 1 036,60 Kj			Energia: 353,12 Kcal / 1 476,04 Kj			Energia: 327,50 Kcal / 1 368,95 Kj			Energia: 461,48 Kcal / 1 928,99 Kj			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	15,05 g	10,73 g	2,28 g	14,60 g	11,38 g	1,47 g	17,32 g	11,25 g	2,11 g	18,45 g	14,30 g	2,46 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
22,86 g	0,00 g	1,22 g	48,23 g	10,68 g	1,32 g	39,00 g	11,49 g	0,95 g	63,95 g	9,81 g	1,49 g		





Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

		hétfő			kedd			csütörtök			péntek		
<b>(00153)</b> <b>Tejmentes</b> <b>bölcsőde</b>	<b>Uzsonna</b>	Gyümölcsös gyerek tea, Zalai felvágottas teljes kiőrlésű kenyér, Zöldhagyma			Csipkebogyó tea , Sültsonkás teljes kiőrlésű kenyér, Csemege uborka			Gyümölcsös gyerek tea, Rizstejes meggy turmix, Teljes kiőrlésű kenyér			Csipkebogyó tea , Házi húskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Zöldhagyma		
		Energia: 215,20 Kcal / 899,54 Kj			Energia: 186,95 Kcal / 781,45 Kj			Energia: 180,74 Kcal / 755,49 Kj			Energia: 190,19 Kcal / 794,99 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6,98 g	7,94 g	2,45 g	7,25 g	4,57 g	1,23 g	4,20 g	0,88 g	0,04 g	8,50 g	3,93 g	1,10 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
27,71 g	6,24 g	0,88 g	28,18 g	7,01 g	0,94 g	36,82 g	6,24 g	0,29 g	28,98 g	6,30 g	0,58 g		

.....  
 Élelmezésvezető

