











Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

		hétfő			kedd			csütörtök			péntek		
<b>(00149) Tej- Tojás mentes bölcsőde</b>	<b>Reggeli</b>	Gyümölcsös gyerek tea, Főtt virsli, Teljeskiőrlésű kifli, Reszelt cékla			Csipkebogyó tea, Tonhalkrém, Teljes kiőrlésű császárszemle, Vajretek			Gyümölcsös gyerek 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: 182,42 Kcal / 762,52 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>	Darált sertéssült, 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: 246,69 Kcal / 1 031,16 Kj			Energia: 353,12 Kcal / 1 476,04 Kj			Energia: 348,54 Kcal / 1 456,90 Kj			Energia: 454,88 Kcal / 1 901,40 Kj			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	12,85 g	13,18 g	2,24 g	14,60 g	11,38 g	1,47 g	17,17 g	13,63 g	2,76 g	17,91 g	13,82 g	2,33 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
19,28 g	0,00 g	1,16 g	48,23 g	10,68 g	1,32 g	39,02 g	11,49 g	1,02 g	63,93 g	9,81 g	1,48 g		
						 			 				





Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

		hétfő			kedd			csütörtök			péntek		
<b>(00149) Tej- Tojás mentes 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

