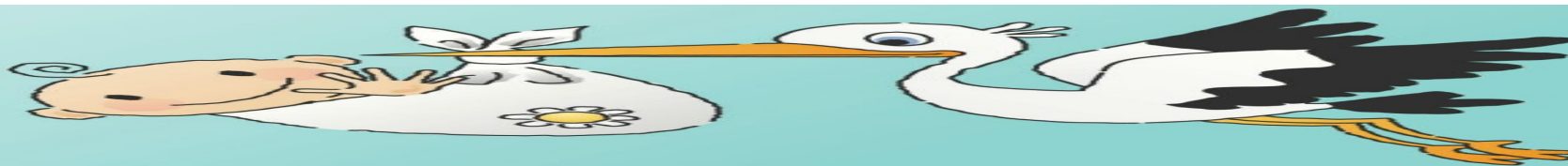




Heti étlap 2023.05.01. - 2023.05.05.

		kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Csirkemell sonka Valdor 1,8gr, Liga margarin, 20%-os, Fehérkenyér , Savanyú káposzta	Kávés tej cukor nélkül , Gyümölcsstea cukor nélkül, Lapkasajt (Hajdú- Köröstej), Vaj 80%, Teljeskiőrlésű kenyér, Sárgarépa	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Majonéz tonhalkrém lenmaggal, Fehérkenyér , Kígyóuborka	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Körözött túró , Teljeskiőrlésű kenyér, Zöldpaprika
		Energia: 230,66 Kcal / 964,16 Kj	Energia: 287,88 Kcal / 1 203,34 Kj	Energia: 252,48 Kcal / 1 055,37 Kj	Energia: 240,05 Kcal / 1 003,41 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		12,05 g 7,43 g 4,00 g	13,14 g 11,40 g 5,92 g	9,53 g 11,04 g 3,96 g	12,40 g 6,86 g 3,65 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
28,77 g 6,91 g 1,08 g	32,38 g 7,41 g 0,42 g	28,69 g 7,06 g 0,88 g	31,58 g 6,91 g 0,21 g		
Tízórai	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Alma	Kefír (Kem.)	Meggyes turmix	Almalé 100% Happy day
		Energia: 18,66 Kcal / 78,00 Kj	Energia: 33,06 Kcal / 138,19 Kj	Energia: 88,85 Kcal / 371,39 Kj	Energia: 58,47 Kcal / 244,40 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		0,24 g 0,24 g 0,00 g	3,40 g 0,10 g 0,05 g	3,84 g 3,51 g 2,40 g	0,07 g 0,00 g 0,00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
4,20 g 0,00 g 0,01 g	4,60 g 0,00 g 0,30 g	10,32 g 7,02 g 0,16 g	14,00 g 0,00 g 0,01 g		
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Paprikás csirke tésztával, Uborka saláta , Croissan	Főtt kemény tojás, Burgonya főzelék , Alma, Körte	Temesvári pulykaragu bulgurral, Alma, Körte	Sült csirkecomb , Cukkinifőzelék, Alma
		Energia: 415,02 Kcal / 1 734,78 Kj	Energia: 259,16 Kcal / 1 083,29 Kj	Energia: 269,35 Kcal / 1 125,88 Kj	Energia: 296,93 Kcal / 1 241,17 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		20,12 g 13,84 g 2,69 g	10,01 g 8,31 g 1,61 g	16,27 g 6,70 g 1,01 g	17,51 g 11,49 g 3,13 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só



Heti étlap 2023.05.01. - 2023.05.05.

		51,53 g	9,63 g	0,93 g	32,76 g	0,00 g	0,46 g	30,45 g	0,13 g	0,62 g	29,49 g	4,14 g	0,46 g
<b>Uzsonna</b>	<b>(00480) Gyermekek (1-3 év)</b>	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Tojásos tejszínes sajtkrém , Fehérkenyér , Kaliforniai paprika			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Köleskörözött lenmaggal, Fehérkenyér , Paradicsom			Kakaó , Gyümölcsstea cukor nélkül, Liga margarin, 20%-os, Kifli vizes 60g, Kaliforniai paprika			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi szárnyashúskrémTM , Fehérkenyér , Paradicsom		
		Energia: 241,09 Kcal / 1 007,76 KJ			Energia: 223,40 Kcal / 933,81 KJ			Energia: 188,63 Kcal / 788,47 KJ			Energia: 209,47 Kcal / 875,58 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		9,31 g	9,46 g	5,72 g	8,14 g	6,64 g	3,42 g	7,29 g	6,63 g	4,40 g	9,52 g	6,01 g	3,35 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29,31 g	6,96 g	0,85 g	32,48 g	7,04 g	0,80 g	23,82 g	10,42 g	0,66 g	29,10 g	6,91 g	0,82 g		

.....  
BÖLCS.VEZ.

.....  
GYERMEKORVOS

.....  
ÉLELM.VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!