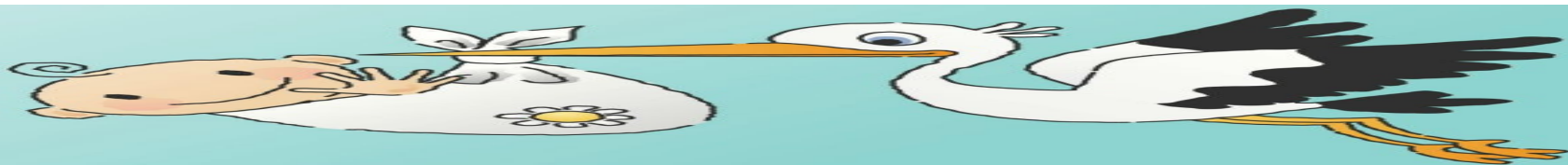




Heti étlap 2023.05.29. - 2023.06.02.

		kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Briós, Liga margarin, 20%-os	Tej 2,8%, Gyümölcstea cukor nélkül, Túrókrém újhagymával, Teljeskiórlésű kenyér, Zöldpaprika	Kávés tej cukor nélkül, Gyümölcstea cukor nélkül, Tojáskrém, Fehérkenyér, Kaliforniai paprika	Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Házi sajtkrém, Teljeskiórlésű kenyér, Sárgarépa
		Energia: 271,45 Kcal / 1 134,66 KJ	Energia: 240,49 Kcal / 1 005,25 KJ	Energia: 221,95 Kcal / 927,75 KJ	Energia: 255,04 Kcal / 1 066,07 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		9,25 g 9,42 g 5,25 g	12,53 g 6,91 g 3,69 g	9,77 g 7,19 g 3,82 g	12,26 g 8,71 g 4,74 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
35,85 g 14,65 g 0,73 g	31,42 g 6,91 g 0,31 g	29,06 g 6,91 g 0,79 g	31,42 g 6,95 g 0,47 g		
Tízórai	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Házi joghurtital	Joghurtos körteturmix cukor nélkül	Meggyes turmix	Almalé 100% Happy day
		Energia: 95,66 Kcal / 399,86 KJ	Energia: 68,82 Kcal / 287,67 KJ	Energia: 88,85 Kcal / 371,39 KJ	Energia: 58,47 Kcal / 244,40 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		4,80 g 4,80 g 2,97 g	3,08 g 2,97 g 1,80 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
7,89 g 4,44 g 0,32 g	7,18 g 2,30 g 0,19 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)	Túrós vagdalt, Karfiolfőzelék, Alma	Majorannás pulykatokány, Tökfőzelék zabliszttel, Alma	Rakott zöldbab bulgarral, Alma, Körte	Húsgombóc kölessel, Zöldborsós-karalábefőzelék, Alma
		Energia: 257,72 Kcal / 1 077,27 KJ	Energia: 296,72 Kcal / 1 240,29 KJ	Energia: 277,45 Kcal / 1 159,74 KJ	Energia: 316,63 Kcal / 1 323,51 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		15,18 g 10,32 g 2,69 g	14,27 g 13,62 g 2,62 g	14,42 g 9,47 g 1,19 g	18,21 g 11,50 g 2,65 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
23,19 g 2,76 g 0,69 g	25,77 g 2,30 g 0,47 g	29,67 g 0,07 g 0,19 g	33,92 g 2,76 g 0,55 g		



Heti étlap 2023.05.29. - 2023.06.02.

		kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év)				
Uzsonna	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Kávés tej cukor nélkül , Gyümölcsstea cukor nélkül, Köleskörözött lenmaggal, Fehérkenyér , Paradicsom	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Tavaszi felvágott Kométa, Liga margarin, 20%-os, Fehérkenyér , Paradicsom	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Vajkrém Hajdú 20gr, Kifli vizes 60g, Lilahagyma	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Túrós táska
		Energia: 225,87 Kcal / 944,14 Kj	Energia: 236,37 Kcal / 988,03 Kj	Energia: 230,83 Kcal / 964,87 Kj	Energia: 276,65 Kcal / 1 156,40 Kj
		Fehérje 8,25 g Zsír 6,66 g T.Zsírsv 3,43 g	Fehérje 9,59 g Zsír 8,93 g T.Zsírsv 4,62 g	Fehérje 7,37 g Zsír 12,76 g T.Zsírsv 7,84 g	Fehérje 9,22 g Zsír 15,00 g T.Zsírsv 6,29 g
		Szénhidrát 32,90 g Cukor 7,04 g Só 0,80 g	Szénhidrát 29,22 g Cukor 6,91 g Só 1,14 g	Szénhidrát 20,90 g Cukor 7,51 g Só 0,58 g	Szénhidrát 25,79 g Cukor 11,91 g Só 0,59 g

.....
BÖLCS.VEZ.

.....
GYERMEKORVOS

.....
ÉLELM.VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!