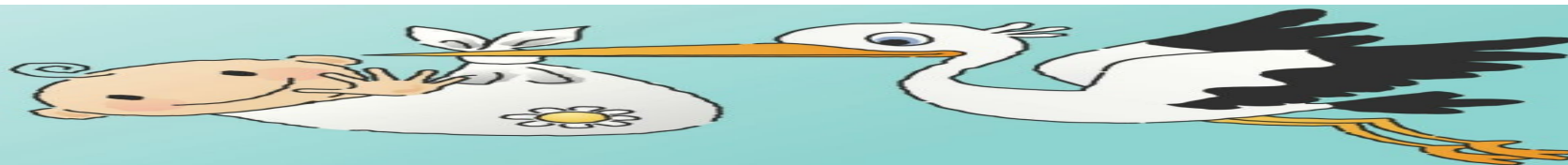


Heti étlap 2023.07.03. - 2023.07.07.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Halkrém, Teljeskiőrlésű kenyér, Paradicsom	Kávés tej cukor nélkül, Gyümölcsstea cukor nélkül, Túrókrém vaníliás almás, Fehérkenyér	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Vajkrém Hajdú 20gr, Fehérkenyér, Zöldpaprika	Kakaó, Gyümölcsstea cukor nélkül, Vaj 80%, Kalács	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Tavaszi felvágott Kométa, Liga margarin, 20%-os, Teljeskiőrlésű kenyér, Paradicsom
		Energia: 267,28 Kcal / 1 117,23 KJ	Energia: 214,29 Kcal / 895,73 KJ	Energia: 261,97 Kcal / 1 095,03 KJ	Energia: 304,35 Kcal / 1 272,18 KJ	Energia: 261,26 Kcal / 1 092,07 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		11,83 g 10,47 g 4,46 g	9,30 g 5,55 g 3,56 g	8,04 g 12,55 g 6,99 g	9,67 g 12,81 g 6,68 g	11,96 g 9,64 g 4,56 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
30,94 g 6,92 g 0,37 g	31,56 g 9,21 g 0,70 g	29,04 g 6,91 g 0,69 g	36,59 g 13,22 g 0,62 g	31,20 g 6,91 g 0,65 g		
Tízórai	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Joghurtos körteturmix cukor nélkül	Cseresznyés turmix cukor nélkül	Almalé 100% Happy day	Kefír (Kem.)	Házi joghurtital
		Energia: 68,82 Kcal / 287,67 KJ	Energia: 86,22 Kcal / 360,40 KJ	Energia: 58,47 Kcal / 244,40 KJ	Energia: 33,06 Kcal / 138,19 KJ	Energia: 95,66 Kcal / 399,86 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		3,08 g 2,97 g 1,80 g	3,84 g 3,45 g 2,40 g	0,07 g 0,00 g 0,00 g	3,40 g 0,10 g 0,05 g	4,80 g 4,80 g 2,97 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
7,18 g 2,30 g 0,19 g	9,72 g 5,52 g 0,16 g	14,00 g 0,00 g 0,01 g	4,60 g 0,00 g 0,30 g	7,89 g 4,44 g 0,32 g		
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Lucskos káposzta, Croissan, Alma	Tojásomlett, Sárgarépa főzelék, Alma, Cseresznye	Halgombóc, Paradicsomos zöldbab főzelék, Alma	Túrós vagdalt, Brokkolifőzelék zabliszttel, Alma, Meggy	Paprikás csirke tésztával, Káposztasaláta sárgarépaival, Alma
		Energia: 352,96 Kcal / 1 475,37 KJ	Energia: 292,21 Kcal / 1 221,44 KJ	Energia: 271,85 Kcal / 1 136,33 KJ	Energia: 262,88 Kcal / 1 098,84 KJ	Energia: 321,49 Kcal / 1 343,83 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		16,52 g 15,03 g 2,63 g	10,71 g 14,81 g 4,31 g	12,61 g 10,76 g 1,50 g	17,01 g 9,24 g 1,97 g	18,02 g 9,85 g 1,53 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
33,85 g 8,63 g 0,54 g	27,64 g 3,68 g 0,84 g	29,73 g 2,54 g 0,56 g	24,91 g 0,00 g 0,61 g	39,80 g 1,53 g 0,73 g		



Heti étlap 2023.07.03. - 2023.07.07.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év)					
Uzsonna	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Padlizsánkrém lenmaggal, Fehérkenyér, Kígyóuborka	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Pizzakrém lenmaggal, Fehérkenyér, Jégcsap retek	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi halkrém TM, Teljeskiőrlésű kenyér, Savanyú káposzta	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Túrókrém baracklekvárral, Fehérkenyér	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Fehérkenyér, Házi sajtkrém, Kígyóuborka
		Energia: 196,60 Kcal / 821,79 KJ	Energia: 226,01 Kcal / 944,72 KJ	Energia: 241,21 Kcal / 1 008,26 KJ	Energia: 212,11 Kcal / 886,62 KJ	Energia: 227,33 Kcal / 950,24 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav
		7,81 g 5,12 g 3,19 g	8,38 g 7,46 g 3,45 g	11,35 g 7,19 g 3,34 g	9,16 g 5,58 g 3,54 g	9,87 g 7,99 g 4,80 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
29,71 g 6,92 g 0,83 g	31,70 g 7,16 g 0,87 g	32,24 g 7,11 g 0,36 g	31,07 g 8,88 g 0,70 g	28,80 g 6,91 g 0,93 g		

..... BÖLCS.VEZ. GYERMEKORVOS ÉLELM.VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!