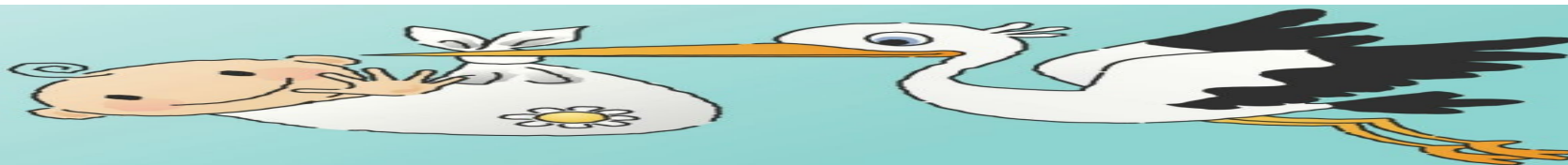


Heti étlap 2024.01.29. - 2024.02.02.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Reggeli	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Zöldhagymás tojáskrém, Teljeskiőrlésű kenyér, Paradicsom	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi sajtkrém, Fehérkenyér, Kígyóuborka	Kávés tej cukor nélkül, Gyümölcsstea cukor nélkül, Kockasajt (Lotti natúr), Teljeskiőrlésű kenyér, Paradicsom	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Főtt tojáskarika, Liga margarin, 20%-os, Rozsos kenyér, Kaliforniai paprika	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Zala felvágott Kométa, Liga margarin, 20%-os, Teljeskiőrlésű kenyér, Zöldpaprika										
		Energia: 245,96 Kcal / 1 028,11 KJ	Energia: 227,33 Kcal / 950,24 KJ	Energia: 256,55 Kcal / 1 072,38 KJ	Energia: 237,62 Kcal / 993,25 KJ	Energia: 273,26 Kcal / 1 142,23 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12,09 g	7,91 g	3,76 g	9,87 g	7,99 g	4,80 g	12,41 g	9,00 g	5,29 g	11,38 g	8,80 g	4,14 g	13,03 g	10,71 g	4,92 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30,94 g	6,91 g	0,30 g	28,80 g	6,91 g	0,93 g	31,04 g	6,91 g	0,62 g	27,50 g	6,91 g	0,82 g	30,75 g	6,91 g	0,78 g		
Tízórai	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Meggyes turmix	Alma, Kiwi	Sütőtök, alma	Citromos víz cukor nélkül	Almalé 100% Happy day										
		Energia: 88,85 Kcal / 371,39 KJ	Energia: 24,98 Kcal / 104,42 KJ	Energia: 33,44 Kcal / 139,78 KJ	Energia: 2,16 Kcal / 9,03 KJ	Energia: 58,47 Kcal / 244,40 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		3,84 g	3,51 g	2,40 g	0,42 g	0,30 g	0,00 g	0,57 g	0,30 g	0,00 g	0,03 g	0,05 g	0,00 g	0,07 g	0,00 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
10,32 g	7,02 g	0,16 g	5,49 g	0,00 g	0,01 g	7,05 g	0,09 g	0,01 g	0,18 g	0,00 g	0,00 g	14,00 g	0,00 g	0,01 g		
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Párolt vagdalt zabpehellyel, Káposztafőzelék, Alma	Rácós halfilé, Almakompót	Pulyka pörkölt, Cukkinifőzelék, Alma	Rakott zöldbab bulgarral, Farsangi fánk baracklekvárral	Tojásropogós, Brokkolifőzelék zabliszttel, Alma										
		Energia: 268,51 Kcal / 1 122,37 KJ	Energia: 314,44 Kcal / 1 314,36 KJ	Energia: 323,69 Kcal / 1 353,02 KJ	Energia: 742,04 Kcal / 3 101,73 KJ	Energia: 272,84 Kcal / 1 140,47 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12,46 g	11,08 g	1,53 g	13,13 g	11,29 g	1,55 g	15,78 g	13,58 g	3,22 g	20,13 g	42,88 g	6,32 g	13,50 g	9,64 g	2,30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
26,80 g	0,00 g	0,34 g	36,02 g	1,50 g	0,30 g	30,69 g	4,14 g	0,43 g	62,13 g	12,07 g	0,36 g	31,68 g	0,92 g	0,85 g		





Heti étlap 2024.01.29. - 2024.02.02.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év)					
Uzsonna	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Kávés tej cukor nélkül , Gyümölcsstea cukor nélkül, Padlizsánkrém lenmaggal, Fehérkenyér , Savanyú káposzta	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Túrós palacsinta	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi szárnyashúskrém , Fehérkenyér , Lilahagyma	Tej 2,8%, Gyümölcsstea cukor nélkül, Liga margarin, 20%-os, Kifli vizes 60g, Kígyóuborka	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Túrókrém újhagymával, Fehérkenyér , Kaliforniai paprika
		Energia: 197,54 Kcal / 825,72 KJ	Energia: 264,09 Kcal / 1 103,90 KJ	Energia: 216,80 Kcal / 906,22 KJ	Energia: 137,45 Kcal / 574,54 KJ	Energia: 216,60 Kcal / 905,39 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		7,83 g 5,13 g 3,19 g	11,80 g 11,92 g 5,19 g	9,68 g 6,48 g 3,62 g	5,35 g 4,83 g 3,14 g	10,18 g 6,18 g 3,75 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
29,90 g 6,92 g 0,92 g	26,16 g 10,78 g 0,47 g	29,69 g 7,51 g 0,82 g	17,54 g 4,61 g 0,59 g	29,61 g 6,91 g 0,80 g		

BÖLCS. VEZ.

GYERMEKORVOS

ÉLELM. VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!