



Heti étlap 2024.04.01. - 2024.04.05.

		kedd	szerda	csütörtök	péntek								
Reggeli	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Kávés tej cukor nélkül , Gyümölcsstea cukor nélkül, Halkrém, Fehérkenyér , Lilahagyma	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Főtt tojáskarika , Margarin Liga 20%, Teljeskiőrlésű kenyér, Kaliforniai paprika	Kakaó , Gyümölcsstea cukor nélkül, Túrókrém újhagymával, Fehérkenyér , Paradicsom	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Liga margarin, 20%-os, Briós								
		Energia: 244,18 Kcal / 1 020,67 KJ	Energia: 257,02 Kcal / 1 074,34 KJ	Energia: 237,27 Kcal / 991,79 KJ	Energia: 271,45 Kcal / 1 134,66 KJ								
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		9,49 g	9,75 g	4,74 g	12,63 g	8,87 g	4,01 g	10,54 g	6,59 g	4,01 g	9,25 g	9,42 g	5,25 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29,41 g	7,52 g	0,86 g	30,92 g	6,91 g	0,34 g	33,22 g	10,42 g	0,80 g	35,85 g	14,65 g	0,73 g		
Tízórai	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Alma	Meggyes turmix	Almalé 100% Happy day	Narancslé 100% Happy day								
		Energia: 18,66 Kcal / 78,00 KJ	Energia: 88,85 Kcal / 371,39 KJ	Energia: 58,47 Kcal / 244,40 KJ	Energia: 51,18 Kcal / 213,93 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	3,84 g	3,51 g	2,40 g	0,07 g	0,00 g	0,00 g	0,65 g	0,18 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	10,32 g	7,02 g	0,16 g	14,00 g	0,00 g	0,01 g	10,90 g	0,00 g	0,00 g		
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Húspuding, Paradicsom mártás , Főtt burgonya 1/2 adag, Alma	Mexikói halragu kölessel, Almakompót	Tojásropogós, Tökfőzelék , Alma, Körte	Pulyka pörkölt , Zöldborsófőzelék , Alma								
		Energia: 338,62 Kcal / 1 415,43 KJ	Energia: 254,72 Kcal / 1 064,73 KJ	Energia: 310,58 Kcal / 1 298,22 KJ	Energia: 312,28 Kcal / 1 305,33 KJ								
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12,65 g	11,94 g	2,09 g	11,86 g	7,80 g	1,30 g	10,85 g	11,92 g	2,97 g	19,25 g	11,80 g	2,52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
42,92 g	7,14 g	0,79 g	34,59 g	1,50 g	0,42 g	38,28 g	3,22 g	0,82 g	28,91 g	2,76 g	0,40 g		



Heti étlap 2024.04.01. - 2024.04.05.

		kedd	szerda	csütörtök	péntek								
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év)												
Uzsonna	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Vajkrém Hajdú 20gr, Fehérkenyér , Zöldpaprika	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi csirkemájkrém margarinnal, Fehérkenyér , Savanyú káposzta	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi halkrém , Fehérkenyér , Kígyóborka	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Köleskörözött lenmaggal, Teljeskiőrlésű kenyér, Jégcsap retek								
		Energia: 261,97 Kcal / 1 095,03 KJ	Energia: 219,54 Kcal / 917,68 KJ	Energia: 216,24 Kcal / 903,88 KJ	Energia: 247,47 Kcal / 1 034,42 KJ								
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8,04 g	12,55 g	6,99 g	10,19 g	6,78 g	3,78 g	9,10 g	6,56 g	3,49 g	10,53 g	7,34 g	3,36 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29,04 g	6,91 g	0,69 g	29,30 g	6,91 g	0,93 g	29,92 g	7,14 g	0,77 g	34,28 g	7,04 g	0,32 g		

BÖLCS. VEZ.

GYERMEKORVOS

ÉLELM. VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!