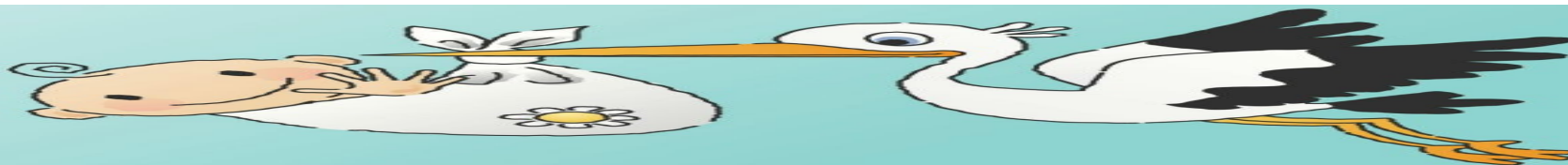


Heti étlap 2021.10.04. - 2021.10.08.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Reggeli	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi pástétom szezámaggal, Fehérkenyér, Paradicsom	Kávés tej cukor nélkül, Gyümölcsstea cukor nélkül, Sonkakrém házi, Fehérkenyér, Kígyóuborka	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Körözött túró, Fehérkenyér, Kaliforniai paprika	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Túrókrém vaníliás almás, Fehérkenyér	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Vajkrém, Fehérkenyér, Kígyóuborka										
		Energia: 230,49 Kcal / 963,45 KJ	Energia: 221,89 Kcal / 927,50 KJ	Energia: 219,58 Kcal / 917,84 KJ	Energia: 214,14 Kcal / 895,11 KJ	Energia: 262,35 Kcal / 1 096,62 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9,41 g	8,05 g	4,09 g	11,05 g	6,83 g	3,84 g	10,20 g	6,14 g	3,73 g	9,29 g	5,55 g	3,58 g	8,12 g	12,54 g	7,01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29,29 g	7,00 g	0,88 g	28,41 g	6,98 g	0,93 g	29,85 g	6,98 g	0,70 g	31,06 g	9,28 g	0,70 g	28,60 g	6,98 g	0,70 g		
Tízórai	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Meggyes turmix	Alma, Narancs, Keksz	Alma	Alma, Körte	Kefír, Kölesgolyó										
		Energia: 95,22 Kcal / 398,02 KJ	Energia: 104,54 Kcal / 436,98 KJ	Energia: 20,53 Kcal / 85,82 KJ	Energia: 27,47 Kcal / 114,82 KJ	Energia: 68,49 Kcal / 286,29 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3,85 g	3,51 g	2,40 g	2,26 g	1,54 g	0,40 g	0,26 g	0,26 g	0,00 g	0,26 g	0,23 g	0,00 g	4,70 g	0,44 g	0,12 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
11,94 g	8,52 g	0,16 g	20,25 g	3,70 g	0,21 g	4,62 g	0,00 g	0,01 g	6,27 g	0,00 g	0,01 g	12,60 g	0,00 g	0,30 g		
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Paprikás csirke tésztával, Uborka saláta, Alma, Banán	Pulyka pörkölt, Sárgarépás brokkolifőzelék, Alma, Narancs	Brassói feltét, Kukoricafőzelék, Alma	Párolt vagdalt, Köleses parajfőzelék, Mini croissant	Tükörtojás, Zelleres burgonyafőzelék, Alma										
		Energia: 354,69 Kcal / 1 482,60 KJ	Energia: 254,78 Kcal / 1 064,98 KJ	Energia: 379,89 Kcal / 1 587,94 KJ	Energia: 349,37 Kcal / 1 460,37 KJ	Energia: 298,32 Kcal / 1 246,98 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír



### Heti étlap 2021.10.04. - 2021.10.08.

		20,40 g	10,29 g	1,65 g	16,66 g	11,70 g	2,25 g	19,15 g	14,34 g	3,31 g	19,04 g	9,70 g	3,04 g	9,90 g	14,32 g	2,28 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		44,42 g	1,00 g	0,82 g	16,92 g	1,84 g	0,70 g	39,19 g	3,68 g	0,64 g	42,31 g	7,54 g	1,00 g	29,61 g	0,00 g	0,44 g
<b>Uzsonna</b>	<b>(00480) Gyermekek (1-3 év)</b>	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Köleskörözött, Teljeskiőrlésű kenyér, Zöldpaprika			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Tojásos tejszínes sajtkrém szezámaggal, Fehérkenyér, Lilahagyma			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi halkrém besamellel, Teljeskiőrlésű kenyér, Lilahagyma			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Padlizsánkrém, Rozsos kenyér, Jégcsap retek			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Sajtos pogácsa		
		Energia: 138,17 Kcal / 577,55 KJ			Energia: 240,25 Kcal / 1 004,25 KJ			Energia: 120,20 Kcal / 502,44 KJ			Energia: 200,70 Kcal / 838,93 KJ			Energia: 312,44 Kcal / 1 306,00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10,77 g	8,32 g	3,48 g	9,38 g	9,17 g	5,57 g	11,80 g	7,22 g	3,85 g	9,08 g	5,50 g	3,19 g	7,58 g	20,57 g	7,47 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
35,59 g	7,04 g	0,30 g	29,27 g	7,67 g	0,83 g	32,57 g	7,74 g	0,33 g	28,36 g	6,93 g	0,89 g	23,80 g	6,91 g	1,19 g		

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

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

