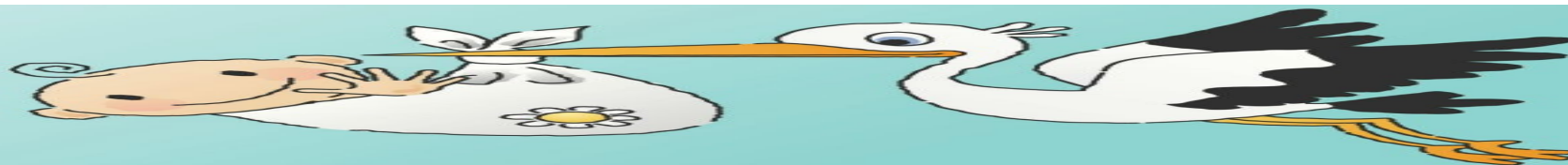




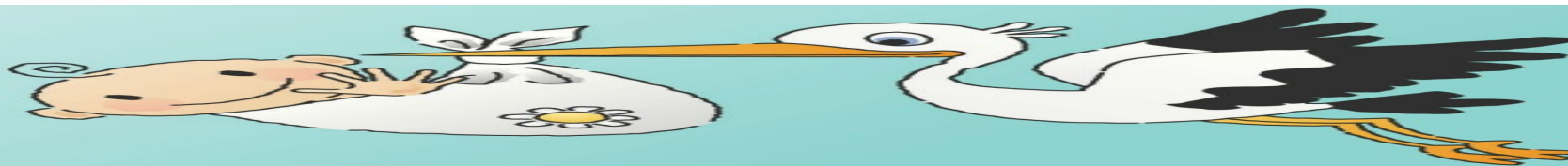
Heti étlap 2021.11.15. - 2021.11.19.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Reggeli	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Tojás, Liga margarin, 20%-os, Fehérkenyér, Lilahagyma			Kávés tej cukor nélkül, Gyümölcsstea cukor nélkül, Krémsajt sonkakrém, Teljeskiőrlésű kenyér, Kaliforniai paprika			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Tojásos tejszínes sajtkrém szezámaggal, Fehérkenyér, Paradicsom			Kávés tej cukor nélkül, Gyümölcsstea cukor nélkül, Kockasajt, Teljeskiőrlésű kenyér, Kaliforniai paprika			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Tojáskrém, Fehérkenyér, Kígyóborka		
		Energia: 233,08 Kcal / 974,27 KJ			Energia: 145,30 Kcal / 607,35 KJ			Energia: 240,93 Kcal / 1 007,09 KJ			Energia: 135,66 Kcal / 567,06 KJ			Energia: 221,38 Kcal / 925,37 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10,24 g	8,16 g	4,31 g	12,95 g	9,84 g	5,59 g	9,46 g	9,20 g	5,36 g	12,59 g	9,00 g	5,29 g	9,83 g	7,20 g	3,84 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28,82 g	7,58 g	0,83 g	31,69 g	6,91 g	0,44 g	29,24 g	7,07 g	0,83 g	31,58 g	6,91 g	0,62 g	28,47 g	6,98 g	0,80 g		
Tízórai	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Alma, Kiwi			Ananászlé 100%			Joghurtos körteturmix cukor nélkül			Narancslé 100%, Keksz			Házi joghurtital		
		Energia: 27,47 Kcal / 114,82 KJ			Energia: 58,47 Kcal / 244,40 KJ			Energia: 63,22 Kcal / 264,26 KJ			Energia: 134,04 Kcal / 560,29 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
		0,46 g	0,33 g	0,00 g	0,07 g	0,00 g	0,00 g	2,78 g	2,69 g	1,60 g	2,61 g	1,54 g	0,39 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
6,04 g	0,00 g	0,01 g	14,00 g	0,00 g	0,01 g	6,72 g	1,84 g	0,17 g	26,50 g	3,70 g	0,19 g	7,89 g	4,44 g	0,32 g		



Heti étlap 2021.11.15. - 2021.11.19.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Ebéd</b>	<b>(00480) Gyermekek (1-3 év)</b>	Pulyka pörkölt , Sütőtökfőzelék , Alma, Kiwi	Túrós vagdalt , Salátafőzelék , Alma, Narancs	Tükörtojás, Tökfőzelék , Alma	Reszelt csirkemáj , Finomfőzelék , Alma, Mandarin	Párolt vagdalt, Paradicsomos káposzta , Alma
		Energia: 281,34 Kcal / 1 176,00 KJ	Energia: 339,27 Kcal / 1 418,15 KJ	Energia: 278,24 Kcal / 1 163,04 KJ	Energia: 279,66 Kcal / 1 168,98 KJ	Energia: 266,41 Kcal / 1 113,59 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		14,86 g 8,54 g 1,82 g	15,72 g 12,84 g 2,77 g	10,45 g 15,27 g 3,42 g	17,69 g 10,49 g 2,52 g	13,49 g 8,58 g 1,24 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
32,33 g 2,17 g 0,59 g	35,49 g 2,31 g 0,78 g	23,48 g 2,76 g 0,52 g	27,94 g 2,30 g 0,50 g	30,72 g 5,00 g 0,90 g		
<b>Uzsonna</b>	<b>(00480) Gyermekek (1-3 év)</b>	Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Házi halkrém besemellel, Fehérkenyér, Paradicsom	Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Vaníliás túrókrém , Fehérkenyér	Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Vajkrém, Rozsos kenyér, Póréhagyma	Gyümölcstea cukor nélkül, Tejben zabpehely kakaósízot	Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Sajtos pogácsa
		Energia: 220,59 Kcal / 922,07 KJ	Energia: 220,38 Kcal / 921,19 KJ	Energia: 270,88 Kcal / 1 132,28 KJ	Energia: 179,69 Kcal / 751,10 KJ	Energia: 455,17 Kcal / 1 902,61 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		9,51 g 6,54 g 3,72 g	9,95 g 5,93 g 3,75 g	9,48 g 12,98 g 6,99 g	7,48 g 5,66 g 3,34 g	15,26 g 26,36 g 9,84 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
30,08 g 7,21 g 0,82 g	31,02 g 9,47 g 0,70 g	27,48 g 6,91 g 0,67 g	23,84 g 10,91 g 0,26 g	38,60 g 6,91 g 1,96 g		



Heti étlap 2021.11.15. - 2021.11.19.

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

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

