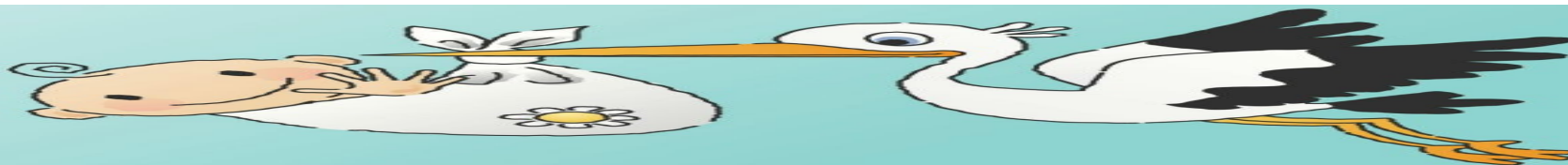


Heti étlap 2022.06.27. - 2022.07.01.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Kockasajt, Fehérkenyér, Kaliforniai paprika	Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Majonézes tonhalkrém, Teljeskiőrlésű kenyér, Lilahagyma	Kávés tej cukor nélkül, Gyümölcstea cukor nélkül, Tavasz felvágott, Margarin, Fehérkenyér, Jégcsap retek	Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Sajtos halkrém, Teljeskiőrlésű kenyér, Kígyóborka	Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Rozsos kenyér, Kaliforniai paprika
		Energia: 232,20 Kcal / 970,60 KJ	Energia: 314,07 Kcal / 1 312,81 KJ	Energia: 244,61 Kcal / 1 022,47 KJ	Energia: 278,91 Kcal / 1 165,84 KJ	Energia: 190,27 Kcal / 795,33 KJ
		Fehérje 10,07 g Zsír 8,28 g T.Zsír 5,37 g	Fehérje 12,40 g Zsír 15,29 g T.Zsír 4,46 g	Fehérje 9,63 g Zsír 9,90 g T.Zsír 4,91 g	Fehérje 12,88 g Zsír 11,31 g T.Zsír 5,91 g	Fehérje 8,68 g Zsír 4,93 g T.Zsír 3,12 g
		Szénhidrát 28,63 g Cukor 6,98 g Só 1,11 g	Szénhidrát 31,39 g Cukor 7,72 g Só 0,47 g	Szénhidrát 28,58 g Cukor 6,98 g Só 1,20 g	Szénhidrát 30,95 g Cukor 6,92 g Só 0,48 g	Szénhidrát 27,37 g Cukor 6,91 g Só 0,67 g
Tízórai	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Kefír	Almalé 100%	Ananászos turmix cukor nélkül	Narancslé 100%	Joghurtos körteturmix cukor nélkül
		Energia: 33,06 Kcal / 138,19 KJ	Energia: 58,47 Kcal / 244,40 KJ	Energia: 60,02 Kcal / 250,88 KJ	Energia: 51,18 Kcal / 213,93 KJ	Energia: 63,22 Kcal / 264,26 KJ
		Fehérje 3,40 g Zsír 0,10 g T.Zsír 0,05 g	Fehérje 0,07 g Zsír 0,00 g T.Zsír 0,00 g	Fehérje 1,92 g Zsír 1,74 g T.Zsír 1,20 g	Fehérje 0,65 g Zsír 0,18 g T.Zsír 0,00 g	Fehérje 2,78 g Zsír 2,69 g T.Zsír 1,60 g
		Szénhidrát 4,60 g Cukor 0,00 g Só 0,30 g	Szénhidrát 14,00 g Cukor 0,00 g Só 0,01 g	Szénhidrát 8,82 g Cukor 5,94 g Só 0,08 g	Szénhidrát 10,90 g Cukor 0,00 g Só 0,00 g	Szénhidrát 6,72 g Cukor 1,84 g Só 0,17 g
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Sült csirkecomb, Zöldborsófőzelék, Alma, Körte	Temesvári pulykaragu bulgarral, Alma	Reszelt csirkemáj, Káposztafőzelék, Alma, Meggy	Rakott burgonya túróval, Almakompót	Párolt vagdalt, Karfiolos vegyesfőzelék, Alma, Meggy
		Energia: 303,52 Kcal / 1 268,71 KJ	Energia: 263,03 Kcal / 1 099,47 KJ	Energia: 245,90 Kcal / 1 027,86 KJ	Energia: 303,18 Kcal / 1 267,29 KJ	Energia: 273,82 Kcal / 1 144,57 KJ
		Fehérje 21,07 g Zsír 10,61 g T.Zsír 2,53 g	Fehérje 16,27 g Zsír 6,73 g T.Zsír 1,01 g	Fehérje 13,90 g Zsír 11,41 g T.Zsír 1,78 g	Fehérje 12,93 g Zsír 11,21 g T.Zsír 2,55 g	Fehérje 14,65 g Zsír 9,59 g T.Zsír 2,31 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só



Heti étlap 2022.06.27. - 2022.07.01.

		29,91 g	2,76 g	0,56 g	28,95 g	0,13 g	0,63 g	21,01 g	0,00 g	0,49 g	33,58 g	0,70 g	0,44 g	29,33 g	2,76 g	0,79 g
Uzsonna	(00480) Gyermek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Karottakrém szezám-maggal, Fehérkenyér, Kígyóuborka			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Tojásos tejszínes sajtkrém, Fehérkenyér, Savanyú káposzta			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi szárnyashúskrém, Rozsos kenyér, Kígyóuborka			Kávés tej cukor nélkül, Gyümölcsstea cukor nélkül, Pizzakrém, Fehérkenyér, Jégcsap retek			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Túrós táska		
		Energia: 221,02 Kcal / 923,86 KJ			Energia: 238,28 Kcal / 996,01 KJ			Energia: 227,03 Kcal / 948,99 KJ			Energia: 227,43 Kcal / 950,66 KJ			Energia: 276,65 Kcal / 1 156,40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
		7,66 g	8,21 g	4,11 g	9,37 g	9,18 g	5,35 g	10,99 g	7,86 g	3,51 g	8,46 g	7,46 g	3,46 g	9,22 g	15,00 g	6,29 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28,49 g	7,01 g	0,76 g	28,78 g	7,07 g	0,92 g	27,60 g	6,91 g	0,80 g	31,54 g	7,23 g	0,89 g	25,79 g	11,91 g	0,59 g		

BÖLCS. VEZ.

GYERMEKORVOS

ÉLELM. VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!