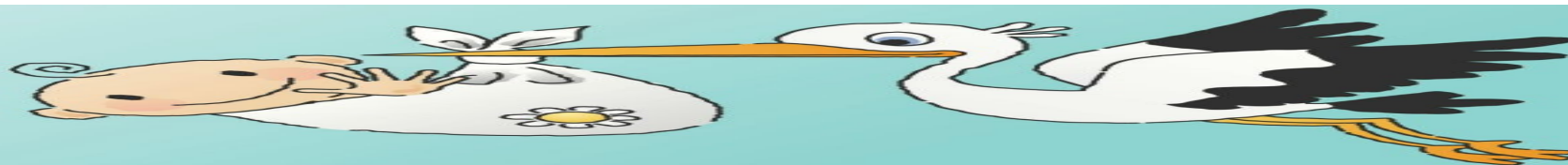




Heti étlap 2023.06.26. - 2023.06.30.

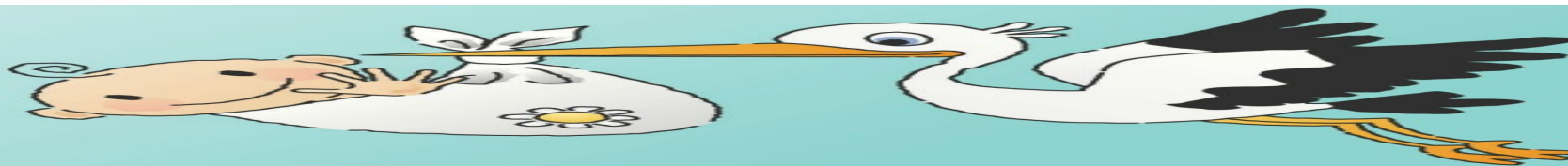
		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Reggeli	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Kockasajt (Lotti natúr), Fehérkenyér , Kaliforniai paprika	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Majonézes tonhalkrém lenmaggal, Teljeskiőrlésű kenyér, Lilahagyma	Kávés tej cukor nélkül , Gyümölcsstea cukor nélkül, Tavaszi felvágott Kométa, Margarin Liga 20%, Fehérkenyér , Jégcsap reték	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Sajtos halkrém , Teljeskiőrlésű kenyér, Kígyóborka	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi pástétom lenmaggal, Rozsos kenyér, Kaliforniai paprika										
		Energia: 232,20 Kcal / 970,60 KJ	Energia: 280,13 Kcal / 1 170,94 KJ	Energia: 244,61 Kcal / 1 022,47 KJ	Energia: 276,01 Kcal / 1 153,72 KJ	Energia: 226,04 Kcal / 944,85 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10,07 g	8,28 g	5,35 g	11,92 g	11,75 g	4,12 g	9,63 g	9,90 g	4,89 g	12,64 g	11,09 g	5,86 g	10,29 g	7,91 g	3,93 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29,11 g	6,91 g	1,11 g	31,33 g	7,66 g	0,39 g	29,06 g	6,91 g	1,20 g	30,95 g	6,92 g	0,47 g	27,61 g	6,91 g	0,83 g		
Tízórai	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Narancslé 100% Happy day	Almalé 100% Happy day	Ananászos turmix cukor nélkül	Narancslé 100% Happy day	Joghurtos körteturmix cukor nélkül										
		Energia: 51,18 Kcal / 213,93 KJ	Energia: 58,47 Kcal / 244,40 KJ	Energia: 60,02 Kcal / 250,88 KJ	Energia: 51,18 Kcal / 213,93 KJ	Energia: 68,82 Kcal / 287,67 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		0,65 g	0,18 g	0,00 g	0,07 g	0,00 g	0,00 g	1,92 g	1,74 g	1,20 g	0,65 g	0,18 g	0,00 g	3,08 g	2,97 g	1,80 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
10,90 g	0,00 g	0,00 g	14,00 g	0,00 g	0,01 g	8,82 g	5,94 g	0,08 g	10,90 g	0,00 g	0,00 g	7,18 g	2,30 g	0,19 g		



Heti étlap 2023.06.26. - 2023.06.30.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Sült csirkecomb , Zöldborsófőzelék , Alma, Körte	Temesvári pulykaragu bulgurral, Alma	Reszelt csirkemáj , Káposztafőzelék, Alma, Meggy	Rakott burgonya túróval, Almakompót	Párolt vagdalt, Karfiolos vegyesfőzelék, Alma, Meggy
		Energia: 291,84 Kcal / 1 219,89 KJ	Energia: 263,03 Kcal / 1 099,47 KJ	Energia: 254,29 Kcal / 1 062,93 KJ	Energia: 306,38 Kcal / 1 280,67 KJ	Energia: 281,88 Kcal / 1 178,26 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		20,98 g 9,68 g 2,43 g	16,27 g 6,73 g 1,01 g	13,90 g 12,33 g 1,88 g	12,93 g 11,21 g 2,55 g	14,64 g 10,52 g 2,41 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
29,21 g 2,76 g 0,42 g	28,95 g 0,13 g 0,63 g	21,01 g 0,00 g 0,34 g	34,38 g 1,50 g 0,44 g	29,27 g 2,76 g 0,69 g		
Uzsonna	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Padlizsánpástétom, Fehérkenyér , Kígyóuborka	Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Tojásos tejszínes sajtkrém , Fehérkenyér , Savanyú káposzta	Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Tejben zabpehely kakaószórat	Kávés tej cukor nélkül , Gyümölcstea cukor nélkül, Pizzakrém lenmaggal, Fehérkenyér , Jégcsap retek	Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Zala felvágott Kométa, Liga margarin, 20%-os, Fehérkenyér , Zöldpaprika
		Energia: 225,51 Kcal / 942,63 KJ	Energia: 240,07 Kcal / 1 003,49 KJ	Energia: 251,57 Kcal / 1 051,56 KJ	Energia: 226,16 Kcal / 945,35 KJ	Energia: 223,87 Kcal / 935,78 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		8,20 g 8,44 g 5,42 g	9,28 g 9,47 g 5,72 g	11,67 g 9,70 g 6,30 g	8,39 g 7,46 g 3,45 g	9,10 g 8,01 g 4,25 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
29,06 g 6,92 g 0,83 g	29,18 g 6,96 g 0,94 g	28,45 g 16,81 g 0,41 g	31,72 g 7,16 g 0,87 g	28,71 g 6,91 g 1,02 g		





Heti étlap 2023.06.26. - 2023.06.30.

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

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

