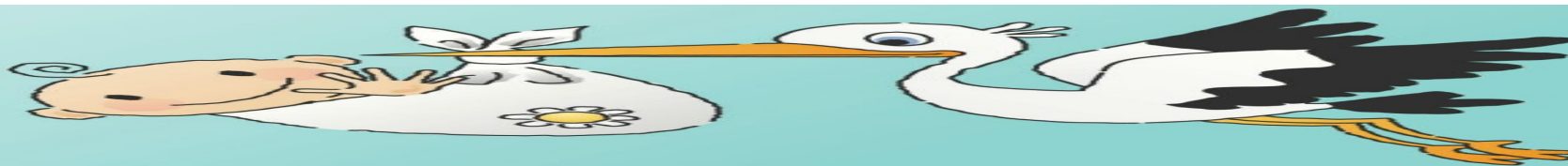


Heti étlap 2023.07.31. - 2023.08.04.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Reggeli	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Kakaó , Gyümölcsstea cukor nélkül, Majonézes tonhalkrém lenmaggal, Teljeskiőrlésű kenyér, Kaliforniai paprika			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Tavaszi felvágott Kométa, Vaj 80%, Fehérkenyér , Zöldpaprika			Kávés tej cukor nélkül , Gyümölcsstea cukor nélkül, Túrókrém sárgarépás , Fehérkenyér , Kaliforniai paprika			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Párizsikrém , Teljeskiőrlésű kenyér, Paradicsom			Vaníliás tej, Gyümölcsstea cukor nélkül, Vajkrém Hajdú 20gr, Fehérkenyér , Kígyóuborka		
		Energia: 300,54 Kcal / 1 256,26 Kj			Energia: 245,47 Kcal / 1 026,06 Kj			Energia: 211,06 Kcal / 882,23 Kj			Energia: 246,20 Kcal / 1 029,12 Kj			Energia: 264,33 Kcal / 1 104,90 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		12,34 g	12,15 g	4,16 g	8,83 g	10,30 g	5,47 g	9,42 g	5,84 g	3,56 g	11,18 g	8,36 g	4,08 g	8,02 g	12,53 g	6,99 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
34,65 g	10,57 g	0,39 g	28,95 g	6,91 g	0,91 g	29,81 g	6,93 g	0,81 g	31,10 g	6,91 g	0,51 g	29,70 g	7,70 g	0,69 g		
Tízórai	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Narancslé 100% Happy day			Alma, Sárgadinnye			Almalé 100% Happy day			Házi joghurtital			Alma, Sárgadinnye		
		Energia: 51,18 Kcal / 213,93 Kj			Energia: 21,47 Kcal / 89,74 Kj			Energia: 87,71 Kcal / 366,63 Kj			Energia: 95,66 Kcal / 399,86 Kj			Energia: 21,47 Kcal / 89,74 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	0,21 g	0,15 g	0,00 g	0,11 g	0,00 g	0,00 g	4,80 g	4,80 g	2,97 g	0,21 g	0,15 g	0,00 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	4,95 g	0,00 g	0,01 g	21,00 g	0,00 g	0,01 g	7,89 g	4,44 g	0,32 g	4,95 g	0,00 g	0,01 g		
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Pulyka pörkölt , Kelkáposzta főzelék , Görögdinnye, alma			Parajos firenzei halfilé, Kukoricafőzelék, Alma			Rakott karfiol zabpehellyel, Alma, Sárgadinnye			Halfasírozott sütőben sütvé, Tökfőzelék , Görögdinnye, alma			Pulyka aprópecsenye, Zöldborsófőzelék , Almás piskóta		
		Energia: 256,54 Kcal / 1 072,34 Kj			Energia: 408,42 Kcal / 1 707,20 Kj			Energia: 276,54 Kcal / 1 155,94 Kj			Energia: 280,43 Kcal / 1 172,20 Kj			Energia: 372,68 Kcal / 1 557,80 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		14,00 g	10,01 g	1,36 g	17,88 g	17,48 g	4,82 g	15,01 g	11,19 g	1,52 g	13,29 g	11,21 g	2,42 g	21,45 g	13,20 g	2,94 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só



Heti étlap 2023.07.31. - 2023.08.04.

	23,68 g	0,88 g	0,39 g	43,02 g	4,37 g	0,77 g	25,39 g	0,00 g	0,40 g	29,98 g	2,30 g	0,67 g	38,12 g	9,76 g	0,47 g	
Uzsonna	(00480) Gyermek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Házi csirkemájkrém margarinnal, Fehérkenyér , Paradicsom			Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Zöldhagymás tojáskrém , Fehérkenyér , Kígyóborka			Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Padlizsánpástétom, Fehérkenyér , Kígyóborka			Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Túrós palacsinta			Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Brokkolis szendvicsszós, Fehérkenyér , Zöldpaprika		
		Energia: 219,87 Kcal / 919,06 KJ			Energia: 219,95 Kcal / 919,39 KJ			Energia: 225,51 Kcal / 942,63 KJ			Energia: 264,09 Kcal / 1 103,90 KJ			Energia: 226,71 Kcal / 947,65 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10,18 g	6,78 g	3,78 g	9,72 g	7,19 g	3,82 g	8,20 g	8,44 g	5,42 g	11,80 g	11,92 g	5,19 g	8,49 g	8,42 g	5,41 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29,36 g	6,91 g	0,84 g	28,73 g	6,91 g	0,79 g	29,06 g	6,92 g	0,83 g	26,16 g	10,78 g	0,47 g	29,09 g	6,91 g	0,81 g		

BÖLCS. VEZ.

GYERMEKORVOS

ÉLELM. VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!