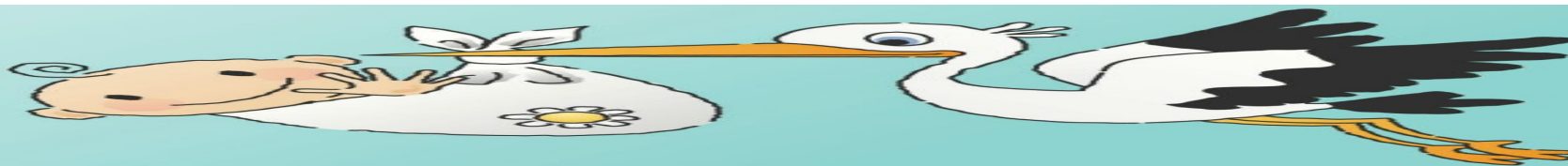




Heti étlap 2023.10.30. - 2023.11.03.

		hétfő	kedd	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Liga margarin, 20%-os, Kalács kakaós	Kávés tej cukor nélkül, Gyümölcsstea cukor nélkül, Halkrém, Teljeskiőrlésű kenyér, Savanyú káposzta	Vaníliás tej, Gyümölcsstea cukor nélkül, Liga margarin, 20%-os, Briós	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi pástétom lenmaggal, Teljeskiőrlésű kenyér, Kaliforniai paprika
		Energia: 258,90 Kcal / 1 082,20 KJ	Energia: 267,10 Kcal / 1 116,48 KJ	Energia: 274,61 Kcal / 1 147,87 KJ	Energia: 247,67 Kcal / 1 035,26 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		9,22 g 9,88 g 5,13 g	11,85 g 10,47 g 4,46 g	9,25 g 9,42 g 5,25 g	11,54 g 8,22 g 3,87 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
32,89 g 9,71 g 0,70 g	30,90 g 6,92 g 0,46 g	36,64 g 15,43 g 0,72 g	31,03 g 6,91 g 0,36 g		
Tízórai	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Joghurtos körteturmix	Narancslé 100% Happy day	Alma, Narancs	Házi joghurtital
		Energia: 67,34 Kcal / 281,48 KJ	Energia: 51,18 Kcal / 213,93 KJ	Energia: 21,67 Kcal / 90,58 KJ	Energia: 95,66 Kcal / 399,86 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		2,64 g 2,62 g 1,58 g	0,65 g 0,18 g 0,00 g	0,30 g 0,18 g 0,00 g	4,80 g 4,80 g 2,97 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
8,08 g 3,84 g 0,17 g	10,90 g 0,00 g 0,00 g	4,65 g 0,00 g 0,01 g	7,89 g 4,44 g 0,32 g		
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Paprikás csirke tésztával, Uborka saláta, Alma	Májfelfújt, Burgonya főzelék, Alma, Körte	Pulyka aprópecsenye, Sütőtökfőzelék, Alma	Rakott kelkáposzta zabpehellyel, Alma, Narancs
		Energia: 314,97 Kcal / 1 316,57 KJ	Energia: 342,81 Kcal / 1 432,95 KJ	Energia: 265,78 Kcal / 1 110,96 KJ	Energia: 287,22 Kcal / 1 200,58 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		17,99 g 9,84 g 1,52 g	13,09 g 13,18 g 2,28 g	13,12 g 8,30 g 2,09 g	17,66 g 11,81 g 1,60 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só



Heti étlap 2023.10.30. - 2023.11.03.

		38,27 g	1,00 g	0,71 g	39,66 g	0,92 g	0,55 g	31,31 g	3,09 g	0,43 g	23,73 g	1,65 g	0,42 g
Uzsonna	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Brokkolikrém TM, Fehérkenyér , Savanyú káposzta			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Tojásos tejszínes sajtkrém , Fehérkenyér , Kígyóborka			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Tejben zabpehely kakaószórat			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi halkrém TM, Fehérkenyér , Paradicsom		
		Energia: 191,20 Kcal / 799,22 KJ			Energia: 239,28 Kcal / 1 000,19 KJ			Energia: 255,44 Kcal / 1 067,74 KJ			Energia: 216,65 Kcal / 905,60 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		8,20 g	4,58 g	3,12 g	9,27 g	9,46 g	5,72 g	11,82 g	9,77 g	6,31 g	8,97 g	6,48 g	3,40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29,19 g	6,91 g	0,89 g	29,01 g	6,96 g	0,85 g	29,09 g	16,81 g	0,41 g	30,32 g	7,11 g	0,76 g		

.....
BÖLCS.VEZ.

.....
GYERMEKORVOS

.....
ÉLELM.VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!