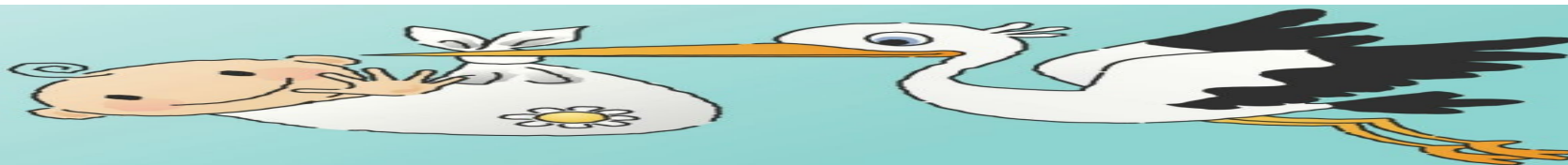


Heti étlap 2023.11.27. - 2023.12.01.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Reggeli</b>	<b>(00480) Gyermekek (1-3 év)</b>	Kakaó , Gyümölcsstea cukor nélkül, Liga margarin, 20%-os, Kifli vizes 60g	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Sajtos halkrém , Fehérkenyér , Lilahagyma	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Vajkrém Hajdú 20gr, Teljeskiőrlésű kenyér, Kígyóuborka	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Körözött túró , Fehérkenyér , Kígyóuborka	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Krémsajtos sonkakrém, Teljeskiőrlésű kenyér, Kígyóuborka
		Energia: 185,62 Kcal / 775,89 KJ	Energia: 253,88 Kcal / 1 061,22 KJ	Energia: 286,05 Kcal / 1 195,69 KJ	Energia: 214,35 Kcal / 895,98 KJ	Energia: 251,54 Kcal / 1 051,44 KJ
		Fehérje 7,15 g Zsír 6,62 g T.Zsírsvav 4,41 g	Fehérje 10,29 g Zsír 10,38 g T.Zsírsvav 6,14 g	Fehérje 10,39 g Zsír 13,24 g T.Zsírsvav 6,93 g	Fehérje 10,01 g Zsír 6,13 g T.Zsírsvav 3,71 g	Fehérje 12,06 g Zsír 8,69 g T.Zsírsvav 4,96 g
		Szénhidrát 23,36 g Cukor 10,42 g Só 0,66 g	Szénhidrát 29,63 g Cukor 7,52 g Só 0,96 g	Szénhidrát 30,89 g Cukor 6,91 g Só 0,20 g	Szénhidrát 29,47 g Cukor 6,91 g Só 0,70 g	Szénhidrát 30,84 g Cukor 6,91 g Só 0,38 g
<b>Tízórai</b>	<b>(00480) Gyermekek (1-3 év)</b>	Alma	Joghurtos körteturmix	Alma, Körte	Meggyes turmix	Alma, Körte
		Energia: 18,66 Kcal / 78,00 KJ	Energia: 67,34 Kcal / 281,48 KJ	Energia: 24,98 Kcal / 104,42 KJ	Energia: 88,85 Kcal / 371,39 KJ	Energia: 24,98 Kcal / 104,42 KJ
		Fehérje 0,24 g Zsír 0,24 g T.Zsírsvav 0,00 g	Fehérje 2,64 g Zsír 2,62 g T.Zsírsvav 1,58 g	Fehérje 0,24 g Zsír 0,21 g T.Zsírsvav 0,00 g	Fehérje 3,84 g Zsír 3,51 g T.Zsírsvav 2,40 g	Fehérje 0,24 g Zsír 0,21 g T.Zsírsvav 0,00 g
		Szénhidrát 4,20 g Cukor 0,00 g Só 0,01 g	Szénhidrát 8,08 g Cukor 3,84 g Só 0,17 g	Szénhidrát 5,70 g Cukor 0,00 g Só 0,00 g	Szénhidrát 10,32 g Cukor 7,02 g Só 0,16 g	Szénhidrát 5,70 g Cukor 0,00 g Só 0,00 g
<b>Ebéd</b>	<b>(00480) Gyermekek (1-3 év)</b>	Csirkemájvagdalt tojáscockával, Kukoricafőzelék, Alma	Halgombóc , Brokkolifőzelék zabliszttal , Alma, Körte	Tojásomlett , Tejfölös céklafőzelék , Alma	Reszelt csirkemáj , Zöldborsófőzelék , Alma, Narancs	Rakott karfiol zabpehellyel, Alma, Narancs
		Energia: 380,60 Kcal / 1 590,91 KJ	Energia: 266,99 Kcal / 1 116,02 KJ	Energia: 306,28 Kcal / 1 280,25 KJ	Energia: 316,04 Kcal / 1 321,05 KJ	Energia: 276,74 Kcal / 1 156,77 KJ
		Fehérje 17,80 g Zsír 10,87 g T.Zsírsvav 3,12 g	Fehérje 15,30 g Zsír 10,82 g T.Zsírsvav 1,97 g	Fehérje 12,29 g Zsír 14,10 g T.Zsírsvav 4,17 g	Fehérje 20,79 g Zsír 11,70 g T.Zsírsvav 2,81 g	Fehérje 15,10 g Zsír 11,22 g T.Zsírsvav 1,52 g
		Szénhidrát 51,14 g Cukor 3,68 g Só 0,84 g	Szénhidrát 25,25 g Cukor 0,04 g Só 0,45 g	Szénhidrát 30,34 g Cukor 3,69 g Só 0,83 g	Szénhidrát 30,62 g Cukor 2,76 g Só 0,40 g	Szénhidrát 25,09 g Cukor 0,00 g Só 0,40 g



Heti étlap 2023.11.27. - 2023.12.01.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Ebéd</b>	<b>(00480) Gyermek (1-3 év)</b>					
<b>Uzsonna</b>	<b>(00480) Gyermek (1-3 év)</b>	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Baromfi párizsi Finonimo 13,6gr, Vaj 80%, Teljeskiőrlésű kenyér, Paradicsom	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi szárnyashúskrém, Korpás kenyér, Sárgarépa	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Pizzakrém lenmaggal, Fehérkenyér, Zöldpaprika	Gyümölcsstea cukor nélkül, Tej, 2,8%-os, Zöldhagymás tojáskrém, Fehérkenyér, Paradicsom	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Liga margarin, 20%-os, Kalács kakaós
		Energia: 291,29 Kcal / 1 217,59 KJ	Energia: 222,14 Kcal / 928,55 KJ	Energia: 226,51 Kcal / 946,81 KJ	Energia: 221,07 Kcal / 924,07 KJ	Energia: 258,89 Kcal / 1 082,16 KJ
		Fehérje 12,32 g Zsír 12,89 g T.Zsírsv 6,13 g	Fehérje 10,76 g Zsír 6,49 g T.Zsírsv 3,40 g	Fehérje 8,38 g Zsír 7,48 g T.Zsírsv 3,45 g	Fehérje 9,72 g Zsír 7,20 g T.Zsírsv 3,82 g	Fehérje 9,21 g Zsír 9,87 g T.Zsírsv 5,13 g
		Szénhidrát 30,79 g Cukor 6,91 g Só 0,66 g	Szénhidrát 29,67 g Cukor 6,95 g Só 1,17 g	Szénhidrát 31,78 g Cukor 7,16 g Só 0,86 g	Szénhidrát 28,96 g Cukor 6,91 g Só 0,79 g	Szénhidrát 32,89 g Cukor 9,70 g Só 0,69 g

BÖLCS.VEZ.

GYERMEKORVOS

ÉLELM.VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!