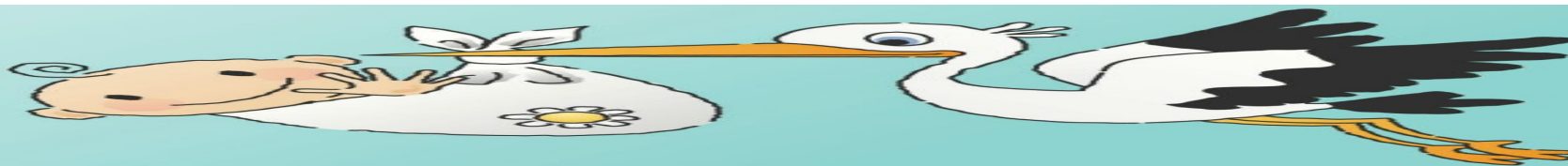


Heti étlap 2022.03.14. - 2022.03.18.

		szerda	csütörtök	péntek						
Reggeli	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Párizsikrém , Korpás kenyér, Paradicsom	Kávés tej cukor nélkül , Gyümölcsstea cukor nélkül, Gépsonka, Liga margarin, 20%-os, Fehérkenyér, Kígyóuborka	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Tojáskrém , Teljeskiőrlésű kenyér, Kaliforniai paprika						
		Energia: 226,58 Kcal / 947,10 KJ	Energia: 227,80 Kcal / 952,20 KJ	Energia: 246,89 Kcal / 1 032,00 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		9,89 g	7,65 g	4,14 g	12,05 g	7,18 g	3,96 g	12,14 g	7,90 g	3,76 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29,12 g	6,91 g	1,32 g	28,14 g	6,98 g	0,98 g	31,06 g	6,91 g	0,30 g		
Tízórai	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Alma	Joghurtos körteturmix cukor nélkül, Kölesgolyó	Alma, Körte						
		Energia: 18,66 Kcal / 78,00 KJ	Energia: 98,65 Kcal / 412,36 KJ	Energia: 24,98 Kcal / 104,42 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		0,24 g	0,24 g	0,00 g	4,08 g	3,03 g	1,67 g	0,24 g	0,21 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
4,20 g	0,00 g	0,01 g	14,72 g	1,84 g	0,17 g	5,70 g	0,00 g	0,00 g		
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Rakott kelkáposzta zabpehellyel, Alma	Tojáspörkölt, Tejfölös céklafőzelék , Alma, Mandarin	Rácós halfilé , Alma						
		Energia: 273,57 Kcal / 1 143,52 KJ	Energia: 255,07 Kcal / 1 066,19 KJ	Energia: 304,76 Kcal / 1 273,90 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17,07 g	11,24 g	1,53 g	10,17 g	11,68 g	2,31 g	13,06 g	10,32 g	1,44 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só



Heti étlap 2022.03.14. - 2022.03.18.

		22,65 g	1,54 g	1,25 g	25,06 g	0,93 g	0,72 g	36,06 g	0,00 g	0,55 g
Uzsonna	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi májkrém margarinnal, Teljeskiőrlésű kenyér, Póréhagyma			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Köleskörözött, Fehérkenyér, Zöldpaprika			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Croissan		
		Energia: 265,07 Kcal / 1 107,99 Kj			Energia: 233,16 Kcal / 974,61 Kj			Energia: 321,71 Kcal / 1 344,75 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		13,09 g	9,32 g	4,23 g	8,21 g	7,58 g	3,55 g	9,24 g	12,68 g	5,34 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31,19 g	6,91 g	0,37 g	32,25 g	7,11 g	0,80 g	41,86 g	24,17 g	0,66 g		

.....
BÖLCS.VEZ.

.....
GYERMEKORVOS

.....
ÉLELM.VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!