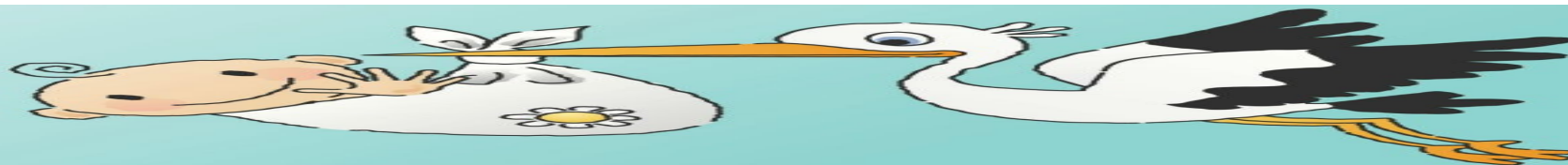




Heti étlap 2022.04.11. - 2022.04.15.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök
Reggeli	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi pástétom szezámaggal, Fehérkenyér, Paradicsom	Kávés tej cukor nélkül, Gyümölcsstea cukor nélkül, Sonkakrém házi, Fehérkenyér, Savanyú káposzta	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Körözött túró, Teljeskiőrlésű kenyér, Kaliforniai paprika	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Túrókrém vaníliás almás, Fehérkenyér
		Energia: 228,17 Kcal / 953,75 KJ	Energia: 221,49 Kcal / 925,83 KJ	Energia: 241,45 Kcal / 1 009,26 KJ	Energia: 214,14 Kcal / 895,11 KJ
		Fehérje 9,31 g Zsír 8,03 g T.Zsírsv 4,08 g	Fehérje 10,96 g Zsír 6,83 g T.Zsírsv 3,84 g	Fehérje 12,43 g Zsír 6,84 g T.Zsírsv 3,65 g	Fehérje 9,29 g Zsír 5,55 g T.Zsírsv 3,58 g
		Szénhidrát 28,89 g Cukor 7,00 g Só 0,88 g	Szénhidrát 28,41 g Cukor 6,98 g Só 1,01 g	Szénhidrát 31,84 g Cukor 6,91 g Só 0,21 g	Szénhidrát 31,06 g Cukor 9,28 g Só 0,70 g
Tízórai	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Kefír	Meggyes turmix, Kecs	Házi joghurtital	Alma, Körte, Kölesgolyó
		Energia: 33,06 Kcal / 138,19 KJ	Energia: 177,72 Kcal / 742,87 KJ	Energia: 95,66 Kcal / 399,86 KJ	Energia: 60,41 Kcal / 252,51 KJ
		Fehérje 3,40 g Zsír 0,10 g T.Zsírsv 0,05 g	Fehérje 5,80 g Zsír 4,87 g T.Zsírsv 2,80 g	Fehérje 4,80 g Zsír 4,80 g T.Zsírsv 2,97 g	Fehérje 1,54 g Zsír 0,55 g T.Zsírsv 0,07 g
		Szénhidrát 4,60 g Cukor 0,00 g Só 0,30 g	Szénhidrát 27,42 g Cukor 12,22 g Só 0,36 g	Szénhidrát 7,89 g Cukor 4,44 g Só 0,32 g	Szénhidrát 13,70 g Cukor 0,00 g Só 0,00 g
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tavaszi rizses csirke, Káposztasaláta sárgarépával, Alma	Reszelt csirkemáj, Sárgarépás brokkolifőzelék, Alma, Narancs	Rakott kelkáposzta zabpehellyel, Alma, Csokoládé Nyuszi	Párolt vagdalt zabpehellyel, Köleses parajfőzelék, Mini croissant
		Energia: 283,62 Kcal / 1 185,53 KJ	Energia: 229,65 Kcal / 959,94 KJ	Energia: 838,29 Kcal / 3 504,05 KJ	Energia: 366,96 Kcal / 1 533,89 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv



### Heti étlap 2022.04.11. - 2022.04.15.

		15,38 g	6,97 g	1,12 g	16,02 g	10,03 g	2,31 g	25,76 g	46,04 g	24,13 g	19,82 g	10,60 g	3,23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		39,64 g	1,53 g	0,46 g	18,14 g	1,84 g	0,68 g	76,15 g	53,54 g	1,49 g	43,74 g	7,54 g	0,73 g
<b>Uzsonna</b>	<b>(00480) Gyermek (1-3 év)</b>	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Tavaszi felvágott, Liga margarin, 20%-os, Teljeskiőrlésű kenyér, Zöldpaprika			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Tojásos tejszínes sajtkrém szezámaggal, Fehérkenyér, Lilahagyma			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi halkrém besamellel, Fehérkenyér, Lilahagyma			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Padlizsánkrém, Rozsos kenyér, Jégcsap retek		
		Energia: 258,72 Kcal / 1 081,45 KJ			Energia: 240,25 Kcal / 1 004,25 KJ			Energia: 219,91 Kcal / 919,22 KJ			Energia: 200,01 Kcal / 836,04 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11,98 g	9,41 g	4,49 g	9,38 g	9,17 g	5,57 g	9,43 g	6,51 g	3,93 g	8,93 g	5,47 g	3,19 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31,10 g	6,91 g	0,64 g	29,27 g	7,67 g	0,83 g	30,11 g	7,81 g	0,82 g	28,40 g	6,92 g	0,83 g		

BÖLCS. VEZ.

GYERMEKORVOS

ÉLELM. VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!