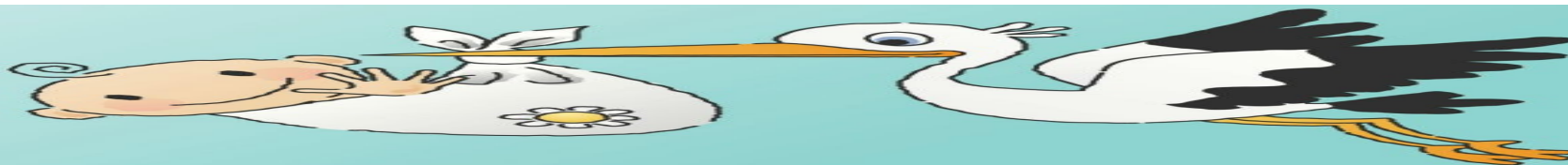


Heti étlap 2024.09.02. - 2024.09.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Kávés tej cukor nélkül , Gyümölcsstea cukor nélkül, Sajtkrém (Hajdú 12g), Teljeskiőrlésű kenyér, Kígyóuborka	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Zala felvágott Kométa, Liga margarin, 20%-os, Fehérkenyér , Lilahagyma	Kakaó , Gyümölcsstea cukor nélkül, Vaj 80%, Kifli sós, Kígyóuborka	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Tojás, Liga margarin, 20%-os, Rozsos kenyér, Zöldpaprika	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Főtt virsli ketchuppal, Teljeskiőrlésű kenyér
		Energia: 266,99 Kcal / 1 116,02 KJ	Energia: 225,82 Kcal / 943,93 KJ	Energia: 285,51 Kcal / 1 193,43 KJ	Energia: 236,62 Kcal / 989,07 KJ	Energia: 304,06 Kcal / 1 270,97 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		10,73 g 11,02 g 6,50 g	9,10 g 7,99 g 4,47 g	9,56 g 10,51 g 5,39 g	11,36 g 8,82 g 4,14 g	15,89 g 11,49 g 4,68 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
30,81 g 6,91 g 0,38 g	29,24 g 7,51 g 1,02 g	36,42 g 10,42 g 0,83 g	27,33 g 6,91 g 0,82 g	33,81 g 8,31 g 1,15 g		
Tízórai	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Házi joghurtital	Almalé 100% Happy day	Paradicsomlé 100% Aró	Meggyes turmix	Kefír (Kem.)
		Energia: 95,66 Kcal / 399,86 KJ	Energia: 58,47 Kcal / 244,40 KJ	Energia: 15,97 Kcal / 66,75 KJ	Energia: 88,85 Kcal / 371,39 KJ	Energia: 33,06 Kcal / 138,19 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		4,80 g 4,80 g 2,97 g	0,07 g 0,00 g 0,00 g	0,76 g 0,05 g 0,00 g	3,84 g 3,51 g 2,40 g	3,40 g 0,10 g 0,05 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
7,89 g 4,44 g 0,32 g	14,00 g 0,00 g 0,01 g	3,11 g 0,00 g 0,01 g	10,32 g 7,02 g 0,16 g	4,60 g 0,00 g 0,30 g		
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Vadas mártás pulykahússal, Tésztaköret, Alma, Sárgadinnye	Húsos csőben sült karfiol , Görögdinnye, alma	Temesvári pulykaragu bulgurral, Alma	Brassói feltét, Kelkáposzta főzelék , Alma, Szilva	Csirkemájvagdalt tojáscockával, Zelleres burgonyafőzelék, Alma, Sárgadinnye
		Energia: 330,58 Kcal / 1 381,82 KJ	Energia: 291,51 Kcal / 1 218,51 KJ	Energia: 272,22 Kcal / 1 137,88 KJ	Energia: 260,01 Kcal / 1 086,84 KJ	Energia: 342,05 Kcal / 1 429,77 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		15,75 g 10,09 g 1,41 g	15,57 g 15,40 g 4,87 g	16,57 g 7,35 g 1,07 g	13,85 g 9,90 g 1,36 g	15,01 g 10,14 g 2,27 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
40,52 g 3,08 g 0,66 g	21,60 g 2,30 g 0,57 g	29,49 g 0,13 g 0,63 g	24,71 g 1,99 g 0,39 g	44,59 g 1,84 g 0,86 g		



Heti étlap 2024.09.02. - 2024.09.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év)					
Uzsonna	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Túrókrém baracklekvárral, Fehérkenyér	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Pizzakrém lenmaggal, Rozsos kenyér, Zöldpaprika	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi szárnyashúskrém, Teljeskiőrlésű kenyér, Jégcsap retek	Kávés tej cukor nélkül, Gyümölcsstea cukor nélkül, Sajtos halkrém, Fehérkenyér, Paradicsom	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Liga margarin, 20%-os, Sajtos kifli, Kígyóuborka
		Energia: 212,11 Kcal / 886,62 KJ	Energia: 229,77 Kcal / 960,44 KJ	Energia: 239,25 Kcal / 1 000,07 KJ	Energia: 252,39 Kcal / 1 054,99 KJ	Energia: 163,07 Kcal / 681,63 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		9,16 g 5,58 g 3,54 g	9,50 g 7,88 g 3,45 g	12,05 g 7,19 g 3,34 g	10,28 g 10,39 g 5,92 g	7,44 g 6,98 g 4,15 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
31,07 g 8,88 g 0,70 g	30,34 g 7,16 g 0,84 g	31,06 g 6,91 g 0,34 g	29,22 g 6,92 g 0,96 g	17,35 g 6,91 g 0,66 g		

BÖLCS. VEZ.

GYERMEKORVOS

ÉLELM. VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!