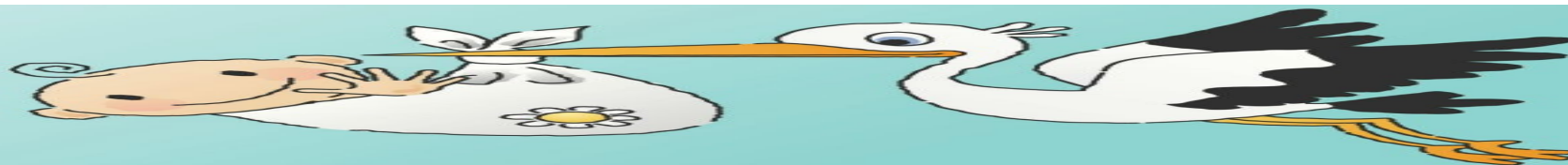




Heti étlap 2024.04.08. - 2024.04.12.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Reggeli	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Lapkasajt (Hajdú-Kőröstej), Liga margarin, 20%-os, Teljeskiőrlésű kenyér, Jégcsap retek	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	Kakaó, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi sajtkrém, Fehérkenyér, Kígyóuborka	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi pástétom lenmaggal, Fehérkenyér, Jégcsap retek										
		Energia: 261,12 Kcal / 1 091,48 KJ	Energia: 212,14 Kcal / 886,75 KJ	Energia: 241,05 Kcal / 1 007,59 KJ	Energia: 248,69 Kcal / 1 039,52 KJ	Energia: 221,27 Kcal / 924,91 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13,08 g	8,86 g	4,62 g	10,27 g	6,13 g	3,61 g	12,42 g	6,84 g	3,65 g	10,27 g	8,39 g	5,06 g	9,15 g	7,51 g	3,93 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31,75 g	7,37 g	0,48 g	28,84 g	6,91 g	0,95 g	31,75 g	6,91 g	0,21 g	32,48 g	10,42 g	0,93 g	28,80 g	6,91 g	0,86 g		
Tízórai	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Alma	Meggyes turmix, Keksz	Almalé 100% Happy day	Sütötök, alma	Kefír (Kem.)										
		Energia: 18,66 Kcal / 78,00 KJ	Energia: 171,72 Kcal / 717,79 KJ	Energia: 58,47 Kcal / 244,40 KJ	Energia: 33,44 Kcal / 139,78 KJ	Energia: 33,06 Kcal / 138,19 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0,24 g	0,24 g	0,00 g	5,80 g	4,87 g	2,80 g	0,07 g	0,00 g	0,00 g	0,57 g	0,30 g	0,00 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
4,20 g	0,00 g	0,01 g	25,92 g	10,72 g	0,36 g	14,00 g	0,00 g	0,01 g	7,05 g	0,09 g	0,01 g	4,60 g	0,00 g	0,30 g		

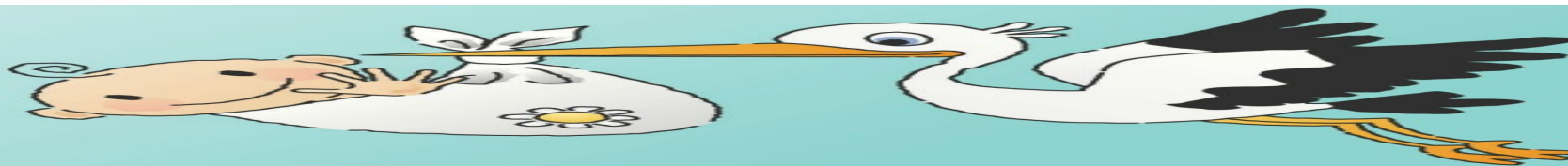




Heti étlap 2024.04.08. - 2024.04.12.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Brassói feltét, Karfiolos vegyesfőzelék, Sajtostejfőlős pogácsa	Reszelt csirkemáj, Sárgarépás brokkolifőzelék, Alma, Narancs	Rakott kelkáposzta zabpehellyel, Alma	Párolt vagdalt zabpehellyel, Köleses parajfőzelék, Almás piskóta	Tavaszi rizses csirke, Káposztasaláta sárgarépával, Alma
		Energia: 352,61 Kcal / 1 473,91 KJ	Energia: 238,04 Kcal / 995,01 KJ	Energia: 284,21 Kcal / 1 188,00 KJ	Energia: 353,36 Kcal / 1 477,04 KJ	Energia: 325,07 Kcal / 1 358,79 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		17,05 g 16,66 g 2,55 g	16,02 g 10,95 g 2,41 g	17,60 g 11,87 g 1,60 g	18,12 g 9,21 g 2,87 g	16,49 g 8,44 g 1,28 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
29,45 g 2,76 g 0,51 g	18,14 g 1,84 g 0,48 g	23,28 g 1,65 g 0,42 g	45,83 g 10,22 g 0,48 g	45,49 g 1,53 g 0,33 g		
Uzsonna	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi halkrém, Fehérkenyér, Paradicsom	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Tojásos tejszínes sajtkrém, Fehérkenyér, Lilahagyma	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Majonézes tonhalkrém lenmaggal, Fehérkenyér, Lilahagyma	Kávés tej cukor nélkül, Gyümölcsstea cukor nélkül, Padlizsánkrém lenmaggal, Fehérkenyér, Paradicsom	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Tavaszi felvágott Kométa, Liga margarin, 20%-os, Teljeskiőrlésű kenyér, Zöldpaprika
		Energia: 217,36 Kcal / 908,56 KJ	Energia: 242,04 Kcal / 1 011,73 KJ	Energia: 255,24 Kcal / 1 066,90 KJ	Energia: 197,87 Kcal / 827,10 KJ	Energia: 242,60 Kcal / 1 014,07 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		9,10 g 6,57 g 3,49 g	9,29 g 9,46 g 5,94 g	9,55 g 11,04 g 4,18 g	7,82 g 5,13 g 3,19 g	10,94 g 8,19 g 4,01 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
30,15 g 7,14 g 0,77 g	29,67 g 7,56 g 0,85 g	29,35 g 7,66 g 0,88 g	29,96 g 6,92 g 0,83 g	30,87 g 6,91 g 0,47 g		





Heti étlap 2024.04.08. - 2024.04.12.

.....

BÖLCS.VEZ.

.....

GYERMEKORVOS

.....

ÉLELM.VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

