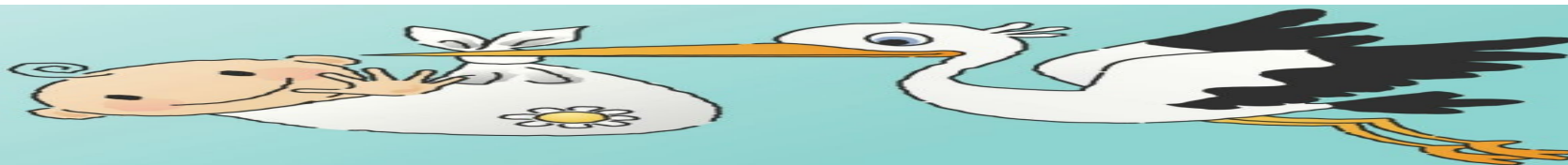


Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

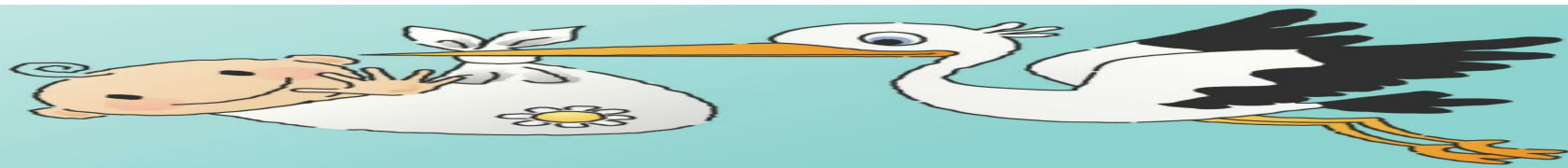
| | | hétfő | kedd | szerda | csütörtök | péntek | | | | | | | | | | |
|---------|-------------------------------|--|---|--|--|--|----------|------------|---------|----------|------------|---------|----------|------------|--------|----------|
| Reggeli | (00480) Gyermekek (1-3 év) | Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi pástétom lenmaggal, Fehérkenyér, Kígyóuborka | Kávés tej cukor nélkül, Gyümölcsstea cukor nélkül, Zala felvágott Kométa, Liga margarin, 20%-os, Rozsos kenyér, Paradicsom | Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi sajtkrém, Fehérkenyér, Kaliforniai paprika | Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Kockasajt (Lotti natúr), Fehérkenyér, Paradicsom | Kávés tej cukor nélkül, Gyümölcsstea cukor nélkül, Párizsikrém, Teljeskiőrlésű kenyér, Kígyóuborka | | | | | | | | | | |
| | | Energia: 220,97 Kcal / 923,65 KJ | Energia: 227,58 Kcal / 951,28 KJ | Energia: 229,14 Kcal / 957,81 KJ | Energia: 231,51 Kcal / 967,71 KJ | Energia: 245,23 Kcal / 1 025,06 KJ | | | | | | | | | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv |
| | | 9,13 g | 7,51 g | 3,93 g | 10,21 g | 8,40 g | 4,24 g | 9,91 g | 7,99 g | 4,80 g | 10,03 g | 8,29 g | 5,35 g | 11,19 g | 8,35 g | 4,08 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 28,75 g | 6,91 g | 0,85 g | 27,39 g | 6,91 g | 1,00 g | 29,10 g | 6,91 g | 0,93 g | 29,04 g | 6,91 g | 1,11 g | 30,89 g | 6,91 g | 0,51 g | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Tízórai | (00480) Gyermekek (1-3 év) | Alma, Narancs | Házi joghurtital | Narancslé 100% Happy day | Almalé 100% Happy day | Alma, Kiwi | | | | | | | | | | |
| | | Energia: 21,67 Kcal / 90,58 KJ | Energia: 95,66 Kcal / 399,86 KJ | Energia: 51,17 Kcal / 213,89 KJ | Energia: 58,47 Kcal / 244,40 KJ | Energia: 24,98 Kcal / 104,42 KJ | | | | | | | | | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv |
| | | 0,30 g | 0,18 g | 0,00 g | 4,80 g | 4,80 g | 2,97 g | 0,65 g | 0,18 g | 0,00 g | 0,07 g | 0,00 g | 0,00 g | 0,42 g | 0,30 g | 0,00 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 4,65 g | 0,00 g | 0,01 g | 7,89 g | 4,44 g | 0,32 g | 10,90 g | 0,00 g | 0,00 g | 14,00 g | 0,00 g | 0,01 g | 5,49 g | 0,00 g | 0,01 g | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |





Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

| | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|---------|----------------------------|--|---------|--------|---|---------|--------|---|---------|---------|--|---------|--------|---|---------|--------|
| Ebéd | (00480) Gyermekek (1-3 év) | Tojásomlett , Kelkáposzta főzelék , Sajtos pogácsa | | | Vadas mártás pulykahússal, Tésztaköret, Alma | | | Parajos firenzei halfilé, Sárgarépa főzelék , Alma, Körte | | | Rakott zöldbab bulgurral, Alma, Körte | | | Májfelfújt , Tökfőzelék , Alma | | |
| | | Energia: 452,32 Kcal / 1 890,70 KJ | | | Energia: 327,77 Kcal / 1 370,08 KJ | | | Energia: 298,82 Kcal / 1 249,07 KJ | | | Energia: 277,45 Kcal / 1 159,74 KJ | | | Energia: 325,54 Kcal / 1 360,76 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 16,93 g | 24,18 g | 6,54 g | 15,78 g | 10,18 g | 1,41 g | 13,43 g | 14,89 g | 4,14 g | 14,42 g | 9,47 g | 1,19 g | 13,12 g | 17,05 g | 3,56 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 39,29 g | 1,80 g | 1,38 g | 39,77 g | 3,08 g | 0,66 g | 26,55 g | 3,45 g | 0,96 g | 29,67 g | 0,07 g | 0,19 g | 28,70 g | 3,22 g | 0,45 g | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Uzsonna | (00480) Gyermekek (1-3 év) | Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Padlizsánkrém lenmaggal, Teljeskiőrlésű kenyér, Zöldpaprika | | | Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Tojásos tejszínes sajtkrém , Fehérkenyér , Jégcsap retek | | | Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi halkrém , Teljeskiőrlésű kenyér, Lilahagyma | | | Kakaó , Gyümölcsstea cukor nélkül, Túrókrém újhagymával, Fehérkenyér , Kaliforniai paprika | | | Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Pizzakrém lenmaggal, Fehérkenyér , Zöldpaprika | | |
| | | Energia: 222,30 Kcal / 929,21 KJ | | | Energia: 239,58 Kcal / 1 001,44 KJ | | | Energia: 243,89 Kcal / 1 019,46 KJ | | | Energia: 237,96 Kcal / 994,67 KJ | | | Energia: 226,51 Kcal / 946,81 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 10,20 g | 5,85 g | 3,13 g | 9,29 g | 9,46 g | 5,72 g | 11,49 g | 7,27 g | 3,65 g | 10,58 g | 6,58 g | 4,01 g | 8,38 g | 7,48 g | 3,45 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 31,82 g | 6,92 g | 0,34 g | 29,06 g | 6,96 g | 0,86 g | 32,56 g | 7,74 g | 0,28 g | 33,29 g | 10,42 g | 0,80 g | 31,78 g | 7,16 g | 0,86 g | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |



Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

.....

BÖLCS.VEZ.

.....

GYERMEKORVOS

.....

ÉLELM.VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

