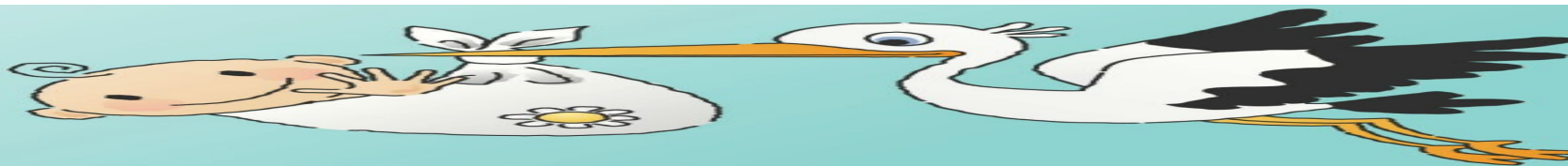


Heti étlap 2024.05.06. - 2024.05.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Kakaó , Gyümölcsstea cukor nélkül, Liga margarin, 20%-os, Kalács	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Vaníliás túrókrém , Fehérkenyér	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Vajkrém Hajdú 20gr, Teljeskiőrlésű kenyér, Paradicsom	Kávés tej cukor nélkül , Gyümölcsstea cukor nélkül, Zala felvágott Kométa, Liga margarin, 20%-os, Fehérkenyér , Savanyú káposzta	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Zöldhagymás tojáskrém , Teljeskiőrlésű kenyér, Kígyóborka
		Energia: 239,94 Kcal / 1 002,95 KJ	Energia: 220,38 Kcal / 921,19 KJ	Energia: 287,17 Kcal / 1 200,37 KJ	Energia: 224,00 Kcal / 936,32 KJ	Energia: 244,84 Kcal / 1 023,43 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		8,44 g 9,22 g 4,96 g	9,95 g 5,93 g 3,73 g	10,39 g 13,25 g 6,93 g	9,10 g 8,00 g 4,25 g	12,09 g 7,90 g 3,76 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
30,09 g 12,52 g 0,59 g	31,50 g 9,40 g 0,70 g	31,12 g 6,91 g 0,20 g	28,77 g 6,91 g 1,11 g	30,71 g 6,91 g 0,30 g		
Tízórai	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Almalé 100% Happy day	Narancslé 100% Happy day	Kefír (Kem.)	Házi gyümölcsjoghurt	Alma, Körte
		Energia: 58,47 Kcal / 244,40 KJ	Energia: 51,18 Kcal / 213,93 KJ	Energia: 33,06 Kcal / 138,19 KJ	Energia: 90,69 Kcal / 379,08 KJ	Energia: 24,98 Kcal / 104,42 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		0,07 g 0,00 g 0,00 g	0,65 g 0,18 g 0,00 g	3,40 g 0,10 g 0,05 g	3,96 g 3,96 g 2,37 g	0,24 g 0,21 g 0,00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
14,00 g 0,00 g 0,01 g	10,90 g 0,00 g 0,00 g	4,60 g 0,00 g 0,30 g	9,62 g 4,76 g 0,26 g	5,70 g 0,00 g 0,00 g		
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Bolognai tészta, Alma	Túrós vagdalt , Salátafőzelék , Alma, Narancs	Tükörtojás, Paradicsomos tökfőzelék , Alma, Kiwi	Reszelt csirkemáj , Sütőtökfőzelék , Alma	Rakott brokkoli bulgurral, Sajtos pogácsa
		Energia: 365,67 Kcal / 1 528,50 KJ	Energia: 334,53 Kcal / 1 398,34 KJ	Energia: 270,54 Kcal / 1 130,86 KJ	Energia: 266,99 Kcal / 1 116,02 KJ	Energia: 410,32 Kcal / 1 715,14 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		19,66 g 12,06 g 3,18 g	15,50 g 12,81 g 2,77 g	8,89 g 12,90 g 2,12 g	14,60 g 8,26 g 2,38 g	20,26 g 19,85 g 4,57 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
44,45 g 0,00 g 1,15 g	34,64 g 2,31 g 0,58 g	28,72 g 5,99 g 0,52 g	32,63 g 3,09 g 0,40 g	33,28 g 0,07 g 1,11 g		



Heti étlap 2024.05.06. - 2024.05.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év)					
Uzsonna	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi halkrém TM, Teljeskiőrlésű kenyér, Jégcsap retek	Kávés tej cukor nélkül, Gyümölcsstea cukor nélkül, Főtt tojáskarika, Liga margarin, 20%-os, Fehérkenyér, Kaliforniai paprika	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Köleskörözött lenmaggal, Rozsos kenyér, Lilahagyma	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Pizzakrém lenmaggal, Fehérkenyér, Zöldpaprika	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi szárnyashúskrém, Fehérkenyér, Sárgarépa
		Energia: 240,72 Kcal / 1 006,21 KJ	Energia: 234,51 Kcal / 980,25 KJ	Energia: 228,30 Kcal / 954,29 KJ	Energia: 226,51 Kcal / 946,81 KJ	Energia: 216,87 Kcal / 906,52 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		11,36 g 7,18 g 3,34 g	10,27 g 8,40 g 4,14 g	9,28 g 7,03 g 3,64 g	8,38 g 7,48 g 3,45 g	9,68 g 6,49 g 3,40 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
32,12 g 7,11 g 0,28 g	28,96 g 6,91 g 0,84 g	31,47 g 7,64 g 0,78 g	31,78 g 7,16 g 0,86 g	29,67 g 6,95 g 0,85 g		

BÖLCS. VEZ.

GYERMEKORVOS

ÉLELM. VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!