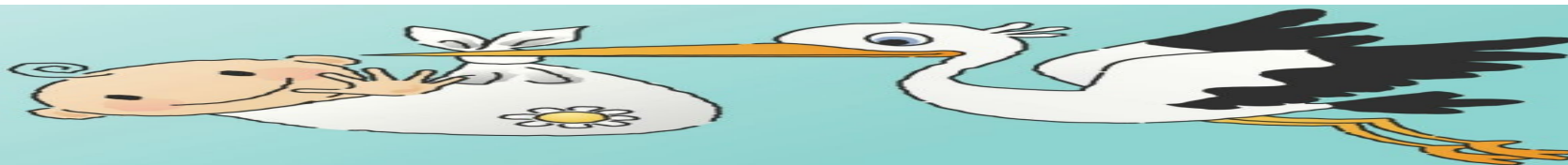


Heti étlap 2024.05.13. - 2024.05.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Majonézes tonhalkrém lenmaggal, Teljeskiőrlésű kenyér, Lilahagyma	Kávés tej cukor nélkül, Gyümölcsstea cukor nélkül, Sonkakrém házi, Rozsos kenyér, Paradicsom	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Halkrém, Fehérkenyér, Savanyú káposzta	Vaníliás tej, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi sajtkrém, Fehérkenyér, Kaliforniai paprika	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Vajkrém Hajdú 20gr, Teljeskiőrlésű kenyér, Paradicsom
		Energia: 280,13 Kcal / 1 170,94 KJ	Energia: 215,73 Kcal / 901,75 KJ	Energia: 242,06 Kcal / 1 011,81 KJ	Energia: 232,31 Kcal / 971,06 KJ	Energia: 287,17 Kcal / 1 200,37 KJ
		Fehérje 11,92 g Zsír 11,75 g T.Zsírsv 4,12 g	Fehérje 11,38 g Zsír 6,53 g T.Zsírsv 3,61 g	Fehérje 9,47 g Zsír 9,76 g T.Zsírsv 4,52 g	Fehérje 9,91 g Zsír 7,99 g T.Zsírsv 4,80 g	Fehérje 10,39 g Zsír 13,25 g T.Zsírsv 6,93 g
		Szénhidrát 31,33 g Cukor 7,66 g Só 0,39 g	Szénhidrát 27,46 g Cukor 6,91 g Só 0,84 g	Szénhidrát 28,90 g Cukor 6,92 g Só 0,95 g	Szénhidrát 29,89 g Cukor 7,70 g Só 0,93 g	Szénhidrát 31,12 g Cukor 6,91 g Só 0,20 g
Tízórai	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Kefír (Kem.)	Meggyes turmix	Házi joghurtital	Narancslé 100% Happy day	Paradicsomlé 100% Aró
		Energia: 33,06 Kcal / 138,19 KJ	Energia: 88,85 Kcal / 371,39 KJ	Energia: 95,66 Kcal / 399,86 KJ	Energia: 51,18 Kcal / 213,93 KJ	Energia: 15,97 Kcal / 66,75 KJ
		Fehérje 3,40 g Zsír 0,10 g T.Zsírsv 0,05 g	Fehérje 3,84 g Zsír 3,51 g T.Zsírsv 2,40 g	Fehérje 4,80 g Zsír 4,80 g T.Zsírsv 2,97 g	Fehérje 0,65 g Zsír 0,18 g T.Zsírsv 0,00 g	Fehérje 0,76 g Zsír 0,05 g T.Zsírsv 0,00 g
		Szénhidrát 4,60 g Cukor 0,00 g Só 0,30 g	Szénhidrát 10,32 g Cukor 7,02 g Só 0,16 g	Szénhidrát 7,89 g Cukor 4,44 g Só 0,32 g	Szénhidrát 10,90 g Cukor 0,00 g Só 0,00 g	Szénhidrát 3,11 g Cukor 0,00 g Só 0,01 g
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Májfelfújt, Sárgarépás brokkolífőzelék, Alma	Csirkepörkölt, Karalábefőzelék, Alma, Kiwi	Rakott karfiol zabpehellyel, Alma	Párolt vagdalt, Parajfőzelék, Alma, Körte	Pulyka aprópecsenye, Kelkáposzta főzelék, Alma
		Energia: 282,95 Kcal / 1 182,73 KJ	Energia: 315,52 Kcal / 1 318,87 KJ	Energia: 273,73 Kcal / 1 144,19 KJ	Energia: 277,57 Kcal / 1 160,24 KJ	Energia: 256,65 Kcal / 1 072,80 KJ
		Fehérje 14,18 g Zsír 15,07 g T.Zsírsv 3,17 g	Fehérje 15,86 g Zsír 14,73 g T.Zsírsv 2,80 g	Fehérje 15,04 g Zsír 11,28 g T.Zsírsv 1,52 g	Fehérje 14,49 g Zsír 11,00 g T.Zsírsv 2,80 g	Fehérje 13,97 g Zsír 10,07 g T.Zsírsv 1,36 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só





Heti étlap 2024.05.13. - 2024.05.17.

		21,98 g	2,76 g	0,52 g	28,26 g	2,30 g	0,61 g	24,64 g	0,00 g	0,40 g	27,42 g	3,68 g	0,72 g	23,77 g	0,88 g	0,42 g
Uzsonna	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi pástétom lenmaggal, Rozsos kenyér, Jégcsap retek			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Padlizsánkrém lenmaggal, Fehérkenyér , Zöldpaprika			Kávés tej cukor nélkül , Gyümölcsstea cukor nélkül, Körözött túró , Fehérkenyér , Lilahagyma			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Barackíz, Margarin Rama 70%, Fehérkenyér			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Kakaócsiga		
		Energia: 224,54 Kcal / 938,58 KJ			Energia: 197,41 Kcal / 825,17 KJ			Energia: 217,26 Kcal / 908,15 KJ			Energia: 265,49 Kcal / 1 109,75 KJ			Energia: 341,47 Kcal / 1 427,34 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		10,27 g	7,91 g	3,93 g	7,83 g	5,14 g	3,19 g	10,04 g	6,13 g	3,93 g	7,51 g	8,72 g	4,26 g	8,30 g	16,50 g	3,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
27,36 g	6,91 g	0,84 g	29,84 g	6,92 g	0,83 g	30,15 g	7,51 g	0,70 g	39,06 g	16,26 g	0,75 g	37,84 g	6,91 g	0,20 g		

.....
BÖLCS.VEZ.

.....
GYERMEKORVOS

.....
ÉLELM.VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!