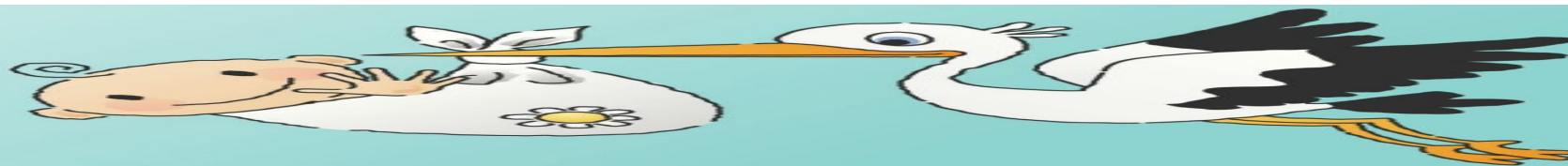


Heti étlap 2024.06.17. - 2024.06.21.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Reggeli</b>	<b>(00480) Gyermekek (1-3 év)</b>	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Halkrém, Teljeskiőrlésű kenyér, Paradicsom	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Párizsikrém, Sajtos kifli, Sárgarépa	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Majonéz tonhalkrém lenmaggal, Teljeskiőrlésű kenyér, Kaliforniai paprika	Kakaó, Gyümölcsstea cukor nélkül, Sonkakrém házi, Fehérkenyér, Jégcsap retek	Kávés tej cukor nélkül, Gyümölcsstea cukor nélkül, Körözött túró, Teljeskiőrlésű kenyér, Zöldpaprika
		Energia: 267,28 Kcal / 1 117,23 KJ	Energia: 251,76 Kcal / 1 052,36 KJ	Energia: 279,18 Kcal / 1 166,97 KJ	Energia: 232,87 Kcal / 973,40 KJ	Energia: 240,20 Kcal / 1 004,04 KJ
		Fehérje 11,83 g Zsír 10,47 g T.Zsír 4,46 g	Fehérje 11,58 g Zsír 9,93 g T.Zsír 5,51 g	Fehérje 11,94 g Zsír 11,75 g T.Zsír 3,90 g	Fehérje 10,67 g Zsír 6,52 g T.Zsír 3,87 g	Fehérje 12,41 g Zsír 6,86 g T.Zsír 3,65 g
		Szénhidrát 30,94 g Cukor 6,92 g Só 0,37 g	Szénhidrát 28,58 g Cukor 6,95 g Só 1,30 g	Szénhidrát 30,97 g Cukor 7,06 g Só 0,39 g	Szénhidrát 32,38 g Cukor 10,42 g Só 0,87 g	Szénhidrát 31,60 g Cukor 6,91 g Só 0,21 g
<b>Tízórai</b>	<b>(00480) Gyermekek (1-3 év)</b>	Almalé 100% Happy day	Joghurtos körteturmix	Kefír (Kem.)	Narancslé 100% Happy day	Meggyes turmix
		Energia: 58,47 Kcal / 244,40 KJ	Energia: 67,34 Kcal / 281,48 KJ	Energia: 33,06 Kcal / 138,19 KJ	Energia: 51,18 Kcal / 213,93 KJ	Energia: 88,85 Kcal / 371,39 KJ
		Fehérje 0,07 g Zsír 0,00 g T.Zsír 0,00 g	Fehérje 2,64 g Zsír 2,62 g T.Zsír 1,58 g	Fehérje 3,40 g Zsír 0,10 g T.Zsír 0,05 g	Fehérje 0,65 g Zsír 0,18 g T.Zsír 0,00 g	Fehérje 3,84 g Zsír 3,51 g T.Zsír 2,40 g
		Szénhidrát 14,00 g Cukor 0,00 g Só 0,01 g	Szénhidrát 8,08 g Cukor 3,84 g Só 0,17 g	Szénhidrát 4,60 g Cukor 0,00 g Só 0,30 g	Szénhidrát 10,90 g Cukor 0,00 g Só 0,00 g	Szénhidrát 10,32 g Cukor 7,02 g Só 0,16 g
<b>Ebéd</b>	<b>(00480) Gyermekek (1-3 év)</b>	Pulykaraguleves, Mini croissant, Alma, Banán	Bolognai tészta, Alma	Főtt csirkecomb, Meggyemártás, Főtt burgonya 1/2 adag, Alma	Tojásropogós, Salátafőzelék, Tejszelet (LOTTI), Alma, Meggy	Parajos firenzei halfilé, Sütőtökfőzelék, Alma, Banán
		Energia: 326,50 Kcal / 1 364,77 KJ	Energia: 365,67 Kcal / 1 528,50 KJ	Energia: 373,47 Kcal / 1 561,10 KJ	Energia: 459,78 Kcal / 1 921,88 KJ	Energia: 326,97 Kcal / 1 366,73 KJ
		Fehérje 12,59 g Zsír 10,59 g T.Zsír 2,22 g	Fehérje 19,66 g Zsír 12,06 g T.Zsír 3,18 g	Fehérje 17,06 g Zsír 6,16 g T.Zsír 1,01 g	Fehérje 14,27 g Zsír 20,19 g T.Zsír 7,59 g	Fehérje 14,05 g Zsír 11,56 g T.Zsír 3,68 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só



Heti étlap 2024.06.17. - 2024.06.21.

		41,50 g	10,87 g	0,83 g	44,45 g	0,00 g	1,15 g	58,97 g	7,79 g	1,47 g	52,15 g	11,53 g	0,95 g	39,87 g	3,78 g	0,66 g
<b>Uzsonna</b>	<b>(00480) Gyermekek (1-3 év)</b>	Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Padlizsánpástétom, Fehérkenyér, Kígyóuborka			Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Házi szárnyashúskrém, Fehérkenyér, Zöldpaprika			Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Házi csirkemájkrém margarinnal, Fehérkenyér, Kígyóuborka			Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Túrókrém sárgarépás, Kifli vizes 60g, Paradicsom			Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Túrós táská		
		Energia: 225,51 Kcal / 942,63 KJ			Energia: 214,86 Kcal / 898,11 KJ			Energia: 218,75 Kcal / 914,38 KJ			Energia: 177,13 Kcal / 740,40 KJ			Energia: 276,65 Kcal / 1 156,40 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		8,20 g	8,44 g	5,42 g	9,68 g	6,50 g	3,40 g	10,18 g	6,77 g	3,78 g	8,70 g	6,08 g	4,19 g	9,22 g	15,00 g	6,29 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29,06 g	6,92 g	0,83 g	29,16 g	6,91 g	0,82 g	29,13 g	6,91 g	0,84 g	21,05 g	6,93 g	0,70 g	25,79 g	11,91 g	0,59 g		

BÖLCS.VEZ.

GYERMEKORVOS

ÉLELM.VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!