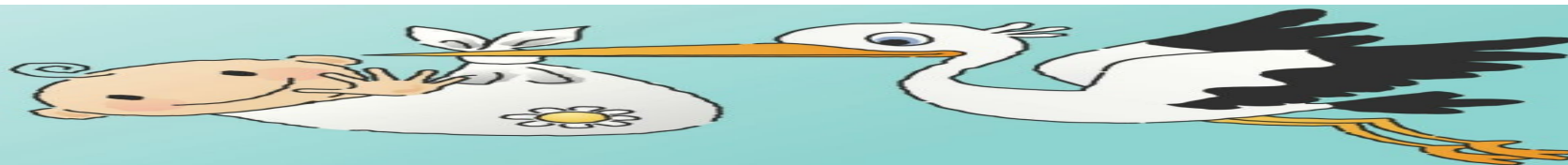


Heti étlap 2024.09.16. - 2024.09.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	
Reggeli	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Vaj 80%, Kalács kakaós	Tejeskávé , Gyümölcsstea cukor nélkül, Zala felvágott Kométa, Margarin Liga 20%, Fehérkenyér , Zöldpaprika	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Tojásos tejszínes sajtkrém , Teljeskiőrlésű kenyér, Kígyóuborka	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Túrókrém sárgarépás , Fehérkenyér , Zöldpaprika	Kávés tej cukor nélkül , Gyümölcsstea cukor nélkül, Csirkemell sonka Valdor 1,8gr, Vaj 80%, Teljeskiőrlésű kenyér, Paradicsom	
		Energia: 290,48 Kcal / 1 214,21 KJ	Energia: 232,40 Kcal / 971,43 KJ	Energia: 264,17 Kcal / 1 104,23 KJ	Energia: 209,91 Kcal / 877,42 KJ	Energia: 287,62 Kcal / 1 202,25 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	
		9,28 g 13,21 g 6,76 g	9,18 g 8,36 g 3,91 g	11,64 g 10,17 g 5,66 g	9,39 g 5,86 g 3,56 g	14,48 g 11,47 g 5,58 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
32,91 g 9,71 g 0,62 g	30,00 g 8,11 g 1,21 g	30,99 g 6,96 g 0,36 g	29,62 g 6,93 g 0,81 g	30,85 g 6,91 g 0,42 g			
Tízórai	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Cseresznyés turmix cukor nélkül	Almalé 100% Happy day	Narancslé 100% Happy day	Almalé 100% Happy day	Házi joghurtital	
		Energia: 86,22 Kcal / 360,40 KJ	Energia: 58,47 Kcal / 244,40 KJ	Energia: 51,18 Kcal / 213,93 KJ	Energia: 58,47 Kcal / 244,40 KJ	Energia: 95,66 Kcal / 399,86 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	
		3,84 g 3,45 g 2,40 g	0,07 g 0,00 g 0,00 g	0,65 g 0,18 g 0,00 g	0,07 g 0,00 g 0,00 g	4,80 g 4,80 g 2,97 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
9,72 g 5,52 g 0,16 g	14,00 g 0,00 g 0,01 g	10,90 g 0,00 g 0,00 g	14,00 g 0,00 g 0,01 g	7,89 g 4,44 g 0,32 g			
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Csirkepörkölt, Burgonya főzelék , Alma, Sárgadinnye	Tojásomlett , Zöldbabfőzelék , Alma	Bolognai tészta, Alma, Kiwi	Rácós halfilé , Paradicsomsaláta, Alma	Tavaszi rizses csirke, Káposztasaláta sárgarépával , Alma, Szilva	
		Energia: 293,84 Kcal / 1 228,25 KJ	Energia: 304,48 Kcal / 1 272,73 KJ	Energia: 371,99 Kcal / 1 554,92 KJ	Energia: 329,08 Kcal / 1 375,55 KJ	Energia: 333,25 Kcal / 1 392,99 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	



### Heti étlap 2024.09.16. - 2024.09.20.

		14,30 g	10,04 g	1,44 g	12,49 g	16,48 g	4,26 g	19,84 g	12,12 g	3,18 g	13,66 g	11,46 g	1,56 g	16,58 g	8,32 g	1,28 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		33,56 g	0,00 g	0,54 g	25,40 g	3,22 g	0,49 g	45,74 g	0,00 g	1,15 g	38,80 g	1,00 g	0,34 g	47,32 g	2,64 g	0,33 g
<b>Uzsonna</b>	<b>(00480) Gyermekek (1-3 év)</b>	Kávés tej cukor nélkül , Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi halkrém TM, Teljeskiőrlésű kenyér, Kígyóuborka			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Túrókrém újhagymával, Rozsos kenyér, Savanyú káposzta			Gyümölcsstea cukor nélkül, Tejben zabpehely kakaószórat			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi pástétom lenmaggal, Korpás kenyér, Kaliforniai paprika			Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Pizzakrém lenmaggal, Fehérkenyér , Lilahagyma		
		Energia: 240,57 Kcal / 1 005,58 KJ			Energia: 218,84 Kcal / 914,75 KJ			Energia: 171,44 Kcal / 716,62 KJ			Energia: 228,05 Kcal / 953,25 KJ			Energia: 226,48 Kcal / 946,69 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11,35 g	7,18 g	3,34 g	11,27 g	6,59 g	3,75 g	7,32 g	5,57 g	3,31 g	10,25 g	7,51 g	3,93 g	8,32 g	7,46 g	3,56 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
32,09 g	7,11 g	0,27 g	28,04 g	6,91 g	0,87 g	22,19 g	9,91 g	0,21 g	29,05 g	6,91 g	1,17 g	31,90 g	7,46 g	0,86 g		

BÖLCS.VEZ.

GYERMEKORVOS

ÉLELM.VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!