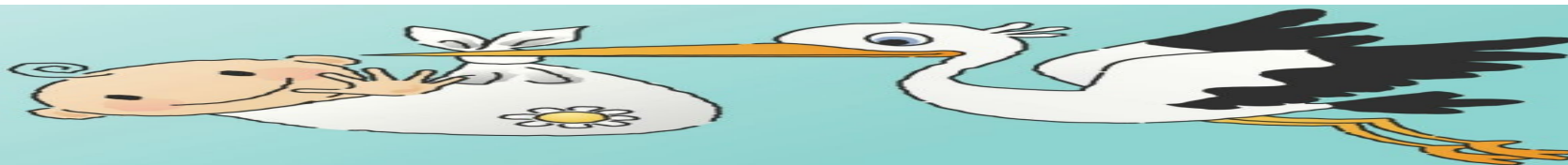


Heti étlap 2024.11.11. - 2024.11.15.

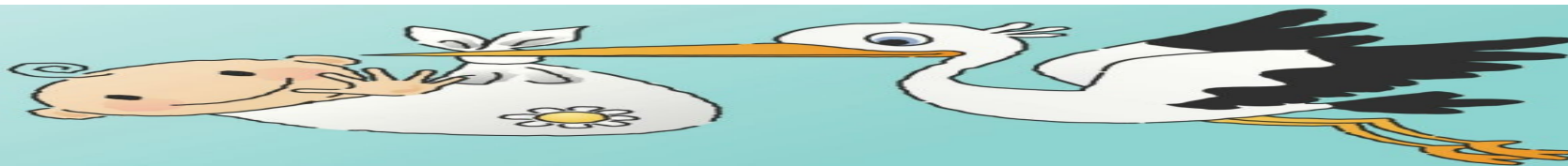
		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermek (1-3 év)	Kávés tej cukor nélkül , Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi pástétom lenmaggal, Teljeskiőrlésű kenyér, Kígyóborka	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Túrókrém újhagymával, Fehérkenyér , Kaliforniai paprika	Kakaó , Gyümölcsstea cukor nélkül, Sonkakrém házi , Teljeskiőrlésű kenyér, Paradicsom	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Kockasajt (Lotti natúr), Fehérkenyér , Sárgarépa	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Vajkrém Hajdú 20gr, Teljeskiőrlésű kenyér, Lilahagyma
		Energia: 246,01 Kcal / 1 028,32 KJ	Energia: 216,60 Kcal / 905,39 KJ	Energia: 258,57 Kcal / 1 080,82 KJ	Energia: 233,21 Kcal / 974,82 KJ	Energia: 288,81 Kcal / 1 207,23 KJ
		Fehérje 11,51 g Zsír 8,22 g T.Zsírsv 3,87 g	Fehérje 10,18 g Zsír 6,18 g T.Zsírsv 3,75 g	Fehérje 13,02 g Zsír 7,24 g T.Zsírsv 3,81 g	Fehérje 10,05 g Zsír 8,29 g T.Zsírsv 5,35 g	Fehérje 10,41 g Zsír 13,24 g T.Zsírsv 7,15 g
		Szénhidrát 30,75 g Cukor 6,91 g Só 0,36 g	Szénhidrát 29,61 g Cukor 6,91 g Só 0,80 g	Szénhidrát 34,54 g Cukor 10,42 g Só 0,37 g	Szénhidrát 29,45 g Cukor 6,95 g Só 1,14 g	Szénhidrát 31,55 g Cukor 7,51 g Só 0,20 g
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év)	Alma, Narancs	Almalé 100% Happy day, Keksz	Kefír (Kem.)	Alma	Joghurtos körteturmix
		Energia: 21,67 Kcal / 90,58 KJ	Energia: 99,91 Kcal / 417,62 KJ	Energia: 33,06 Kcal / 138,19 KJ	Energia: 18,66 Kcal / 78,00 KJ	Energia: 67,34 Kcal / 281,48 KJ
		Fehérje 0,30 g Zsír 0,18 g T.Zsírsv 0,00 g	Fehérje 1,05 g Zsír 0,68 g T.Zsírsv 0,20 g	Fehérje 3,40 g Zsír 0,10 g T.Zsírsv 0,05 g	Fehérje 0,24 g Zsír 0,24 g T.Zsírsv 0,00 g	Fehérje 2,64 g Zsír 2,62 g T.Zsírsv 1,58 g
		Szénhidrát 4,65 g Cukor 0,00 g Só 0,01 g	Szénhidrát 21,80 g Cukor 1,85 g Só 0,11 g	Szénhidrát 4,60 g Cukor 0,00 g Só 0,30 g	Szénhidrát 4,20 g Cukor 0,00 g Só 0,01 g	Szénhidrát 8,08 g Cukor 3,84 g Só 0,17 g





Heti étlap 2024.11.11. - 2024.11.15.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tojásropogós, Karalábefőzelék , Alma	Brassói feltét, Sütőtökfőzelék , Alma, Kiwi	Rakott zöldbab tojással , Alma, Narancs	Húsgombóc kölessel, Kapormártás , Burgonya , Alma, Körte	Reszelt csirkemáj , Sárgarépás brokkolifőzelék , Alma	
		Energia: 333,38 Kcal / 1 393,53 KJ	Energia: 275,67 Kcal / 1 152,30 KJ	Energia: 261,45 Kcal / 1 092,86 KJ	Energia: 404,25 Kcal / 1 689,77 KJ	Energia: 235,03 Kcal / 982,43 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
		12,17 g 12,65 g 3,05 g	13,09 g 9,23 g 2,20 g	12,09 g 11,41 g 1,90 g	15,66 g 10,88 g 1,96 g	15,96 g 11,01 g 2,41 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
40,40 g 3,22 g 1,01 g	31,71 g 3,09 g 0,40 g	25,39 g 0,05 g 0,27 g	56,92 g 3,92 g 0,54 g	17,69 g 1,84 g 0,48 g			
Uzsonna	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Tejben zabpehely kakaószórat	Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Házi halkrém , Fehérkenyér , Jégcsap retek	Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Liga margarin, 20%-os, Kalács kakaós	Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Főtt tojáskarika , Vaj 80%, Fehérkenyér , Savanyú káposzta	Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Vaníliás-almás túrókrém, Fehérkenyér	
		Energia: 255,44 Kcal / 1 067,74 KJ	Energia: 214,98 Kcal / 898,62 KJ	Energia: 258,90 Kcal / 1 082,20 KJ	Energia: 264,92 Kcal / 1 107,37 KJ	Energia: 214,14 Kcal / 895,11 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
		11,82 g 9,77 g 6,31 g	9,37 g 6,32 g 3,64 g	9,22 g 9,88 g 5,13 g	10,29 g 11,74 g 5,77 g	9,29 g 5,55 g 3,56 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
29,09 g 16,81 g 0,41 g	29,86 g 7,09 g 0,79 g	32,89 g 9,71 g 0,70 g	28,83 g 6,91 g 0,85 g	31,54 g 9,21 g 0,70 g			



Heti étlap 2024.11.11. - 2024.11.15.

.....

BÖLCS.VEZ.

.....

GYERMEKORVOS

.....

ÉLELM.VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

