



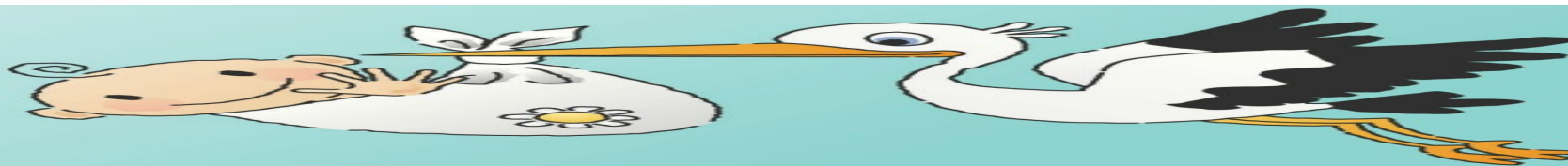
Heti étlap 2024.12.02. - 2024.12.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	
Reggeli	(00480) Gyermek (1-3 év)	Kakaó , Gyümölcsstea cukor nélkül, Majonézes tonhalkrém lenmaggal, Fehérkenyér , Lilahagyma	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Házi sajtkrém , Fehérkenyér , Kaliforniai paprika	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Zala felvágott Kométa, Margarin Liga 20%, Teljeskiőrlésű kenyér, Zöldpaprika	Kávés tej cukor nélkül , Gyümölcsstea cukor nélkül, Halkrém, Fehérkenyér , Paradicsom	Tej, 2,8%-os, Gyümölcsstea cukor nélkül, Tojás, Liga margarin, 20%-os, Teljeskiőrlésű kenyér, Zöldpaprika	
		Energia: 276,59 Kcal / 1 156,15 KJ	Energia: 229,14 Kcal / 957,81 KJ	Energia: 246,53 Kcal / 1 030,50 KJ	Energia: 242,54 Kcal / 1 013,82 KJ	Energia: 258,25 Kcal / 1 079,49 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
		9,95 g 11,44 g 4,44 g	9,91 g 7,99 g 4,80 g	11,47 g 8,48 g 4,12 g	9,47 g 9,76 g 4,52 g	12,61 g 9,13 g 4,08 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
33,03 g 11,17 g 0,88 g	29,10 g 6,91 g 0,93 g	30,69 g 6,91 g 0,52 g	28,98 g 6,92 g 0,86 g	30,75 g 6,91 g 0,35 g			
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év)	Kefír (Kem.)	Alma, Mandarin	Alma, Narancs	Alma, Körte	Limonádé , Csokoládé Mikulás	
		Energia: 33,06 Kcal / 138,19 KJ	Energia: 22,89 Kcal / 95,68 KJ	Energia: 21,67 Kcal / 90,58 KJ	Energia: 24,98 Kcal / 104,42 KJ	Energia: 248,59 Kcal / 1 039,11 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
		3,40 g 0,10 g 0,05 g	0,33 g 0,21 g 0,00 g	0,30 g 0,18 g 0,00 g	0,24 g 0,21 g 0,00 g	3,52 g 13,98 g 8,22 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
4,60 g 0,00 g 0,30 g	5,04 g 0,00 g 0,00 g	4,65 g 0,00 g 0,01 g	5,70 g 0,00 g 0,00 g	26,63 g 22,75 g 0,09 g			



Heti étlap 2024.12.02. - 2024.12.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Ebéd</b>	<b>(00480) Gyermekek (1-3 év)</b>	Mexikói pulykatokány, Burgonya , Alma, Narancs	Parajos firenzei halfilé, Almás tökfőzelék, Alma, Körte	Tojáspörkölt, Zöldborsófőzelék , Alma	Rakott kelkáposzta zabpehellyel, Sajtos-tejfölös pogácsa	Sajtos vagdaltcsiga , Finomfőzelék , Alma, Narancs
		Energia: 290,52 Kcal / 1 214,37 KJ	Energia: 329,38 Kcal / 1 376,81 KJ	Energia: 315,40 Kcal / 1 318,37 KJ	Energia: 374,05 Kcal / 1 563,53 KJ	Energia: 342,96 Kcal / 1 433,57 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		14,14 g 7,15 g 1,02 g	15,87 g 14,14 g 4,70 g	16,63 g 14,26 g 3,34 g	19,64 g 16,83 g 1,60 g	19,51 g 14,88 g 5,01 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
38,10 g 0,00 g 0,47 g	33,18 g 5,29 g 0,72 g	28,73 g 2,76 g 0,47 g	31,48 g 1,65 g 0,41 g	31,52 g 2,30 g 1,00 g		
<b>Uzsonna</b>	<b>(00480) Gyermekek (1-3 év)</b>	Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Brokkolis szendvicskrém, Teljeskiőrlésű kenyér, Paradicsom	Kávés tej cukor nélkül , Gyümölcstea cukor nélkül, Vajkrém Hajdú 20gr, Fehérkenyér , Sárgarépa	Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Padlizsánpástétom, Fehérkenyér , Kígyóborka	Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Mézes margarinkrém, Fehérkenyér	Tej, 2,8%-os, Gyümölcstea cukor nélkül, Kakaócsiga
		Energia: 251,91 Kcal / 1 052,98 KJ	Energia: 264,13 Kcal / 1 104,06 KJ	Energia: 225,51 Kcal / 942,63 KJ	Energia: 235,40 Kcal / 983,97 KJ	Energia: 341,47 Kcal / 1 427,34 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		10,84 g 9,12 g 5,35 g	8,05 g 12,54 g 6,99 g	8,20 g 8,44 g 5,42 g	7,45 g 8,02 g 4,07 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
31,17 g 6,91 g 0,32 g	29,57 g 6,95 g 0,72 g	29,06 g 6,92 g 0,83 g	33,22 g 11,77 g 0,74 g	37,84 g 6,91 g 0,20 g		



Heti étlap 2024.12.02. - 2024.12.06.

.....

BÖLCS.VEZ.

.....

GYERMEKORVOS

.....

ÉLELM.VEZ.

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

