

Heti étlap 2024.03.04. - 2024.03.08.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermek (1-3 év)	Tej , Sajtkrém, natur, Teljeskiőrlésű zömlé, Retek	Kakaó, Margarin, Félbarna kenyér, Karalábé	Tej , Pizzakrém, Félbarna kenyér, Sárgarépa	Tej , Tavaszi túrókrém, Zsemle, Zöldpaprika	Gyümölcs joghurt, Vaj, Kifli, Lilahagyma
		Energia: 169,01 Kcal / 706,46 KJ	Energia: 275,76 Kcal / 1 152,68 KJ	Energia: 257,26 Kcal / 1 075,35 KJ	Energia: 212,41 Kcal / 887,87 KJ	Energia: 273,15 Kcal / 1 141,77 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		8,58 g 12,23 g 6,89 g	9,82 g 9,27 g 3,79 g	10,43 g 7,68 g 2,79 g	11,07 g 6,63 g 3,23 g	7,73 g 10,85 g 5,99 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
18,50 g 0,00 g 0,66 g	37,47 g 6,99 g 1,06 g	36,69 g 2,00 g 1,20 g	26,87 g 0,00 g 0,66 g	35,53 g 14,19 g 0,70 g		
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év)	Gyümölcstea mézzel	Gyümölcslé	Gyümölcslé	Limonádé	Gyümölcslé
		Energia: 33,98 Kcal / 142,04 KJ	Energia: 87,71 Kcal / 366,63 KJ	Energia: 87,71 Kcal / 366,63 KJ	Energia: 21,70 Kcal / 90,71 KJ	Energia: 87,71 Kcal / 366,63 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		0,05 g 0,00 g 0,00 g	0,11 g 0,00 g 0,00 g	0,11 g 0,00 g 0,00 g	0,01 g 0,00 g 0,00 g	0,11 g 0,00 g 0,00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
8,34 g 8,10 g 0,00 g	1,95 g 1,62 g 0,01 g	1,95 g 1,62 g 0,01 g	5,27 g 5,00 g 0,00 g	1,95 g 1,62 g 0,01 g		
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év)	Sertésraguleves , Vargabéles , Narancs	Finomfőzelék , Vagdalt sajtos, Alma	Rakott brokkoli , Banán	Paradicsomos káposzta , Húskrokett , Körte	Palócos rakott burgonya, Alma
		Energia: 436,83 Kcal / 1 825,95 KJ	Energia: 330,90 Kcal / 1 383,16 KJ	Energia: 361,58 Kcal / 1 511,40 KJ	Energia: 381,26 Kcal / 1 593,67 KJ	Energia: 268,61 Kcal / 1 122,79 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		24,89 g 15,99 g 5,87 g	21,03 g 9,40 g 4,05 g	21,05 g 12,97 g 5,40 g	16,49 g 9,97 g 2,61 g	13,83 g 8,54 g 3,02 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
46,88 g 8,81 g 0,49 g	39,64 g 5,00 g 0,97 g	39,39 g 0,00 g 0,56 g	55,65 g 11,99 g 1,07 g	32,95 g 0,00 g 0,15 g		





### Heti étlap 2024.03.04. - 2024.03.08.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>Uzsonna</b>	<b>(00480) Gyermekek (1-3 év)</b>	Tej , Gépsonka, Margarin, Kifli, Zöldpaprika	Tej , Házi májas, Zsemle, Paradicsom	Karamell, Zala felvágott, Margarin, Teljeskiórlésű kenyér, Zöldpaprika	Tej , Medve sajt, natúr, Kifli, Uborka	Tej , Trapistakrém, Teljeskiórlésű zsömlé, Retek										
		Energia: 212,33 Kcal / 887,54 Kj	Energia: 236,93 Kcal / 990,37 Kj	Energia: 203,07 Kcal / 848,83 Kj	Energia: 211,20 Kcal / 882,82 Kj	Energia: 191,74 Kcal / 801,47 Kj										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10,62 g	9,67 g	3,83 g	12,69 g	9,30 g	3,60 g	11,39 g	11,94 g	4,54 g	10,82 g	9,39 g	5,30 g	13,03 g	14,35 g	7,02 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
20,03 g	0,00 g	0,61 g	28,28 g	0,00 g	0,84 g	35,40 g	7,99 g	1,00 g	20,60 g	0,00 g	0,96 g	18,44 g	0,00 g	0,97 g		

.....  
Élelmezésvezető

.....  
Bölcsődevezető

.....  
Bölcsődeorvos

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

