



Heti étlap 2024.03.25. - 2024.03.29.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök
Reggeli	(00480) Gyermek (1-3 év)	Tej , Virsli, Kifli, Uborka	Tej , Zala felvágott, Trappista sajt, Margarin, Teljeskiőrlésű kenyér, Paradicsom	Tej , Vaj, Kifli, Retek	Tej , Párizsi, Margarin, Teljeskiőrlésű zsemle, Lilahagyma
		Energia: 182,21 Kcal / 761,64 KJ	Energia: 233,83 Kcal / 977,41 KJ	Energia: 192,47 Kcal / 804,52 KJ	Energia: 170,17 Kcal / 711,31 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		9,06 g 7,36 g 3,48 g	15,51 g 16,84 g 7,42 g	7,24 g 9,26 g 4,70 g	9,28 g 11,46 g 4,92 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
19,72 g 0,00 g 0,77 g	27,86 g 0,00 g 1,37 g	19,81 g 0,00 g 0,41 g	19,37 g 1,20 g 0,79 g		
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év)	Gyümölcsstea mézzel	Gyümölcslé	Gyümölcslé	Limonádé
		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
		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
		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		
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év)	Almafőzelék , Sajtelfűjt , Zabpelyhes keksz	Paradicsomos burgonyafőzelék, Húspuding , Mandarin	Rakott zöldbab , Körte	Zöldborsós sertésragu, Tarhonya köret bölcsi, Alma
		Energia: 496,73 Kcal / 2 076,33 KJ	Energia: 378,60 Kcal / 1 582,55 KJ	Energia: 279,31 Kcal / 1 167,52 KJ	Energia: 413,58 Kcal / 1 728,76 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		19,70 g 21,57 g 9,23 g	16,77 g 9,81 g 2,61 g	14,75 g 8,63 g 2,48 g	21,49 g 12,07 g 2,21 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
55,05 g 11,60 g 1,02 g	54,66 g 11,99 g 0,77 g	34,97 g 0,00 g 0,16 g	53,83 g 0,00 g 0,52 g		





Heti étlap 2024.03.25. - 2024.03.29.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök																																																
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év)																																																				
Uzsonna	(00480) Gyermek (1-3 év)	<p>Tej , Margarin, Zsemle, Karalábé</p> <p>Energia: 211,87 Kcal / 885,62 Kj</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>8,66 g</td> <td>9,21 g</td> <td>3,49 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>26,83 g</td> <td>0,00 g</td> <td>0,74 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	8,66 g	9,21 g	3,49 g	Szénhidrát	Cukor	Só	26,83 g	0,00 g	0,74 g	<p>Tej , Tavaszi túrókrém, Zsemle, Sárgarépa</p> <p>Energia: 216,53 Kcal / 905,10 Kj</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>11,07 g</td> <td>6,61 g</td> <td>3,24 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>27,89 g</td> <td>0,00 g</td> <td>0,72 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	11,07 g	6,61 g	3,24 g	Szénhidrát	Cukor	Só	27,89 g	0,00 g	0,72 g	<p>Kakaó, Briós</p> <p>Energia: 317,62 Kcal / 1 327,65 Kj</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>10,51 g</td> <td>9,13 g</td> <td>4,38 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>47,62 g</td> <td>14,73 g</td> <td>0,62 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	10,51 g	9,13 g	4,38 g	Szénhidrát	Cukor	Só	47,62 g	14,73 g	0,62 g	<p>Tej , Kakaós csiga</p> <p>Energia: 338,28 Kcal / 1 414,01 Kj</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>10,25 g</td> <td>14,65 g</td> <td>6,79 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>40,55 g</td> <td>12,00 g</td> <td>0,48 g</td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	10,25 g	14,65 g	6,79 g	Szénhidrát	Cukor	Só	40,55 g	12,00 g	0,48 g
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																			
8,66 g	9,21 g	3,49 g																																																			
Szénhidrát	Cukor	Só																																																			
26,83 g	0,00 g	0,74 g																																																			
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																			
11,07 g	6,61 g	3,24 g																																																			
Szénhidrát	Cukor	Só																																																			
27,89 g	0,00 g	0,72 g																																																			
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																			
10,51 g	9,13 g	4,38 g																																																			
Szénhidrát	Cukor	Só																																																			
47,62 g	14,73 g	0,62 g																																																			
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																			
10,25 g	14,65 g	6,79 g																																																			
Szénhidrát	Cukor	Só																																																			
40,55 g	12,00 g	0,48 g																																																			

.....
Élelmezésvezető

.....
Bölcsődevezető

.....
Bölcsődeorvos

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

