



### Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

		hétfő	kedd	csütörtök	péntek								
Reggeli	(00480) Gyermek (1-3 év)	Tej , Túrókrém diós-barackos, Zsemle	Tej , Sajtkrém, zöldfűszeres, Teljeskiőrlésű zsemle, Karalábé	Kakaó, Vaj, Főtt tojás , Kifli, Uborka	Karamell, Tökmagkrém, Trappista sajt, Kifli, Sárgarépa								
		Energia: 237,82 Kcal / 994,09 Kj	Energia: 173,77 Kcal / 726,36 Kj	Energia: 298,68 Kcal / 1 248,48 Kj	Energia: 279,61 Kcal / 1 168,77 Kj								
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11,81 g	7,49 g	3,56 g	8,76 g	12,25 g	6,89 g	12,97 g	15,19 g	6,53 g	13,11 g	14,02 g	6,95 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30,52 g	3,88 g	0,66 g	19,44 g	0,00 g	0,66 g	27,15 g	6,99 g	0,53 g	29,34 g	7,99 g	0,97 g		
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év)	Gyümölcslé	Gyümölcstea mézzel	Limonádé	Gyümölcslé								
		Energia: 87,71 Kcal / 366,63 Kj	Energia: 33,98 Kcal / 142,04 Kj	Energia: 34,34 Kcal / 143,54 Kj	Energia: 87,71 Kcal / 366,63 Kj								
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		0,11 g	0,00 g	0,00 g	0,05 g	0,00 g	0,00 g	0,05 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
1,95 g	1,62 g	0,01 g	8,34 g	8,10 g	0,00 g	8,38 g	8,10 g	0,00 g	1,95 g	1,62 g	0,01 g		
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év)	Sárgarépa főzelék, Köményes sertéssült , Alma	Rakott kelkáposzta , Narancs	Tökfőzelék , Lecsós pulyka apróhús, Alma	Finomfőzelék , Halpogácsa , Banán								
		Energia: 280,61 Kcal / 1 172,95 Kj	Energia: 294,44 Kcal / 1 230,76 Kj	Energia: 301,84 Kcal / 1 261,69 Kj	Energia: 334,44 Kcal / 1 397,96 Kj								
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		13,99 g	9,12 g	2,46 g	17,80 g	9,36 g	3,34 g	15,53 g	8,46 g	2,84 g	18,27 g	3,67 g	0,98 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
34,69 g	5,00 g	0,82 g	33,72 g	0,00 g	0,26 g	40,87 g	0,00 g	0,26 g	56,15 g	5,00 g	0,84 g		





### Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

		hétfő	kedd	csütörtök	péntek
<b>Ebéd</b>	<b>(00480) Gyermek (1-3 év)</b>				
<b>Uzsonna</b>	<b>(00480) Gyermek (1-3 év)</b>	Tej , Gépsonka, Trappista sajt, Margarin, Kifli, Paradicsom Energia: 238,16 Kcal / 995,51 KJ Fehérje 13,35 g   Zsír 13,16 g   T.Zsírsv 5,82 g Szénhidrát 20,40 g   Cukor 0,00 g   Só 0,86 g 	Tej , Sajtos pogácsa Energia: 404,35 Kcal / 1 690,18 KJ Fehérje 15,79 g   Zsír 18,13 g   T.Zsírsv 7,59 g Szénhidrát 44,17 g   Cukor 0,10 g   Só 0,56 g 	Tej , Szárnyashúskrém házi, Trappista sajt, Zsemle, Zöldpaprika Energia: 273,46 Kcal / 1 143,06 KJ Fehérje 16,38 g   Zsír 12,21 g   T.Zsírsv 5,83 g Szénhidrát 26,56 g   Cukor 0,00 g   Só 1,08 g 	Tej , Párizsi krém, Teljeskiőrlésű kenyér, Retek Energia: 141,34 Kcal / 590,80 KJ Fehérje 10,83 g   Zsír 10,24 g   T.Zsírsv 4,10 g Szénhidrát 27,19 g   Cukor 0,00 g   Só 0,97 g 

.....  
Élelmezésvezető

.....  
Bölcsődevezető

.....  
Bölcsődeorvos

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

