



Heti étlap 2024.06.10. - 2024.06.14.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermek (1-3 év)	Gyümölcs joghurt, Virsli, Kifli, Karalábé	Tej , Trappista sajt, Főtt tojás , Vaj, Kifli, Uborka	Kakaó, Tavaszi túrókrém, Zsemle, Sárgarépa	Karamell, Sajtkrém, zöldfűszeres, Teljeskiőrlésű zsemle, Zöldpaprika	Tej , Szárnyasmájkrém, Zsemle, Lilahagyma
		Energia: 263,22 Kcal / 1 100,26 Kj	Energia: 331,48 Kcal / 1 385,59 Kj	Energia: 250,89 Kcal / 1 048,72 Kj	Energia: 202,13 Kcal / 844,90 Kj	Energia: 188,10 Kcal / 786,26 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		9,77 g 8,97 g 4,33 g	18,14 g 19,58 g 9,45 g	11,44 g 7,04 g 3,49 g	8,58 g 12,27 g 6,89 g	9,26 g 5,76 g 3,02 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
35,26 g 12,99 g 1,11 g	20,28 g 0,00 g 1,01 g	35,09 g 6,99 g 0,72 g	26,65 g 7,99 g 0,63 g	27,47 g 1,20 g 0,71 g		
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év)	Limonádé	Limonádé	Gyümölcslé	Gyümölcslé	Gyümölcslé
		Energia: 21,70 Kcal / 90,71 Kj	Energia: 21,70 Kcal / 90,71 Kj	Energia: 87,71 Kcal / 366,63 Kj	Energia: 87,71 Kcal / 366,63 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
		0,01 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	0,11 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
5,27 g 5,00 g 0,00 g	5,27 g 5,00 g 0,00 g	1,95 g 1,62 g 0,01 g	1,95 g 1,62 g 0,01 g	1,95 g 1,62 g 0,01 g		
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év)	Tökfőzelék , Brassói feltét, Görögdinnye	Zöldségleves , Diós tészta, Alma	Csőbensült brokkoli, Banán	Zöldbabfőzelék, Lecsós csirkemáj , Banán	Paradicsomos káposzta , Vagdalt sajtos, Alma
		Energia: 313,78 Kcal / 1 311,60 Kj	Energia: 419,61 Kcal / 1 753,97 Kj	Energia: 363,39 Kcal / 1 518,97 Kj	Energia: 318,09 Kcal / 1 329,62 Kj	Energia: 362,76 Kcal / 1 516,34 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		15,37 g 10,92 g 3,56 g	11,86 g 11,75 g 2,55 g	23,45 g 10,52 g 4,32 g	19,61 g 7,92 g 2,48 g	18,93 g 10,27 g 3,50 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
37,65 g 0,00 g 0,25 g	65,79 g 15,01 g 0,50 g	42,80 g 0,00 g 0,57 g	44,14 g 0,00 g 0,19 g	47,71 g 11,99 g 1,29 g		





Heti étlap 2024.06.10. - 2024.06.14.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd						
Uzsonna	(00480) Gyermekek (1-3 év)	Tej , Margarin, Zsemle, Paradicsom	Tej , Pulykahúskrém, Teljeskiőrlésű zsemle, Paradicsom	Tej , Zala felvágott, Margarin, Kifli, Zöldpaprika	Tej , Briós	Tej , Gabonapehely
		Energia: 234,71 Kcal / 981,09 KJ	Energia: 138,46 Kcal / 578,76 KJ	Energia: 209,76 Kcal / 876,80 KJ	Energia: 313,40 Kcal / 1 310,01 KJ	Energia: 196,53 Kcal / 821,50 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		10,14 g 9,91 g 4,07 g	12,05 g 8,19 g 3,38 g	9,57 g 11,59 g 4,56 g	11,84 g 10,10 g 4,89 g	8,80 g 6,00 g 3,12 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
28,90 g 0,00 g 0,76 g	19,36 g 0,00 g 0,48 g	20,06 g 0,00 g 0,82 g	43,07 g 7,74 g 0,68 g	26,60 g 4,98 g 0,39 g		

.....
Élelmezésvezető

.....
Bölcsődevezető

.....
Bölcsődeorvos

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

