



Heti étlap 2024.06.17. - 2024.06.21.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermek (1-3 év)	Tej , Tökmagos sajtkrém, Teljeskiőrlésű zsömle, Uborka	Gyümölcs joghurt, Napraforgókrém, Zsemle, Zöldpaprika	Tej , Medve sajt, sonkás, Kifli, Zöldhagyma	Tejeskávé, Vaj, Kifli, Karalábé	Tej , Mogyorókrém , Félbarna kenyér
		Energia: 168,44 Kcal / 704,08 Kj	Energia: 285,62 Kcal / 1 193,89 Kj	Energia: 145,20 Kcal / 606,94 Kj	Energia: 239,90 Kcal / 1 002,78 Kj	Energia: 199,41 Kcal / 833,53 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		8,88 g 12,75 g 6,98 g	9,19 g 10,61 g 4,20 g	11,17 g 10,59 g 6,05 g	7,45 g 10,78 g 5,42 g	9,67 g 7,70 g 2,98 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
18,44 g 0,00 g 0,64 g	40,67 g 12,99 g 1,02 g	19,88 g 0,00 g 1,08 g	27,96 g 6,99 g 0,41 g	34,57 g 4,80 g 1,11 g		
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év)	Gyümölcslé	Limonádé	Limonádé	Gyümölcslé	Gyümölcslé
		Energia: 87,71 Kcal / 366,63 Kj	Energia: 21,70 Kcal / 90,71 Kj	Energia: 34,34 Kcal / 143,54 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
		0,11 g 0,00 g 0,00 g	0,01 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	0,11 g 0,00 g 0,00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
1,95 g 1,62 g 0,01 g	5,27 g 5,00 g 0,00 g	8,38 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		
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év)	Zöldborsófőzelék , Natúr csirkemell , Alma	Brokkolifőzelék, Vagdalt (Stefania) , Szőlő	Rakott csirkemell , Burgonyapüré , Banán	Rakott karfiol , Görögdinnye	Finomfőzelék , Panírozott halrudak , Banán
		Energia: 336,62 Kcal / 1 407,07 Kj	Energia: 349,92 Kcal / 1 462,67 Kj	Energia: 493,02 Kcal / 2 060,82 Kj	Energia: 246,52 Kcal / 1 030,45 Kj	Energia: 329,68 Kcal / 1 378,06 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		24,07 g 5,54 g 1,63 g	20,03 g 7,27 g 2,38 g	28,10 g 14,04 g 6,80 g	15,27 g 8,30 g 2,69 g	19,06 g 5,99 g 1,32 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
46,65 g 5,00 g 0,20 g	49,90 g 0,00 g 0,39 g	62,08 g 0,00 g 0,80 g	27,10 g 0,00 g 0,15 g	48,95 g 5,00 g 0,60 g		





Heti étlap 2024.06.17. - 2024.06.21.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00480) Gyermek (1-3 év)	Kakaó, Főtt tojás , Margarin, Félbarna kenyér, Zöldpaprika	Tej , Gépsonka, Margarin, Kifli, Paradicsom	Kakaó, Margarin, Teljeskiőrlésű zsemle, Sárgarépa	Tej , Túrókrém gyümölcsös, Zsemle	Tej , Párizsi, Trappista sajt, Margarin, Teljeskiőrlésű zsemle, Paradicsom
		Energia: 338,07 Kcal / 1 413,13 KJ	Energia: 212,78 Kcal / 889,42 KJ	Energia: 172,67 Kcal / 721,76 KJ	Energia: 256,46 Kcal / 1 072,00 KJ	Energia: 222,41 Kcal / 929,67 KJ
		Fehérje 15,04 g Zsír 14,09 g T.Zsírsv 5,03 g	Fehérje 10,58 g Zsír 9,64 g T.Zsírsv 3,84 g	Fehérje 7,86 g Zsír 9,18 g T.Zsírsv 3,71 g	Fehérje 12,57 g Zsír 7,82 g T.Zsírsv 3,92 g	Fehérje 13,40 g Zsír 15,70 g T.Zsírsv 7,17 g
		Szénhidrát 36,93 g Cukor 6,99 g Só 1,17 g	Szénhidrát 20,23 g Cukor 0,00 g Só 0,60 g	Szénhidrát 26,50 g Cukor 6,99 g Só 0,51 g	Szénhidrát 33,65 g Cukor 6,75 g Só 0,66 g	Szénhidrát 18,75 g Cukor 0,00 g Só 1,15 g

.....
Élelmezésvezető

.....
Bölcsődevezető

.....
Bölcsődeorvos

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

