



Heti étlap 2024.09.09. - 2024.09.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Reggeli	(00480) Gyermek (1-3 év)	Tejeskávé, Sajtkrém, snidlinges , Kifli, Uborka	Tej , Lekvár, Félbarna kenyér	Tej , Medve sajt, natúr, Kifli, Paradicsom	Tej , Párizsi, Trappista sajt, Margarin, Zsemle, Uborka	Kakaó, Avokádókrém, Félbarna kenyér, Sárgarépa										
		Energia: 252,07 Kcal / 1 053,65 KJ	Energia: 211,61 Kcal / 884,53 KJ	Energia: 209,70 Kcal / 876,55 KJ	Energia: 310,13 Kcal / 1 296,34 KJ	Energia: 260,04 Kcal / 1 086,97 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8,30 g	12,06 g	6,91 g	9,12 g	4,60 g	2,40 g	10,52 g	9,38 g	5,31 g	14,39 g	16,14 g	7,20 g	10,21 g	10,28 g	3,72 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
27,28 g	6,99 g	0,63 g	34,87 g	5,20 g	0,98 g	20,55 g	0,00 g	0,94 g	26,06 g	0,00 g	1,42 g	39,99 g	6,99 g	1,11 g		
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év)	Gyümölcslé	Gyümölcslé	Gyümölcs tea	Gyümölcslé	Gyümölcslé										
		Energia: 87,71 Kcal / 366,63 KJ	Energia: 87,71 Kcal / 366,63 KJ	Energia: 21,34 Kcal / 89,20 KJ	Energia: 88,07 Kcal / 368,13 KJ	Energia: 88,07 Kcal / 368,13 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		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	0,83 g	0,51 g	0,18 g	0,83 g	0,51 g	0,18 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	1,95 g	1,62 g	0,01 g	5,24 g	5,00 g	0,00 g	18,62 g	17,13 g	0,04 g	18,62 g	17,13 g	0,04 g		
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év)	Csőbensült vegyeszöldség, Körte	Zöldborsófőzelék , Vagdalt, egybensült , Szőlő	Zöldbabfőzelék, Pulyka pörkölt , Banán	Karfiolfőzelék , Halszelet diós bundában, Őszibarack	Rakott brokkoli , Alma										
		Energia: 335,08 Kcal / 1 400,63 KJ	Energia: 398,20 Kcal / 1 664,48 KJ	Energia: 335,22 Kcal / 1 401,22 KJ	Energia: 301,16 Kcal / 1 258,85 KJ	Energia: 295,94 Kcal / 1 237,03 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		21,03 g	12,66 g	4,42 g	22,39 g	6,59 g	2,39 g	17,21 g	12,05 g	2,78 g	17,69 g	9,74 g	2,43 g	20,14 g	13,19 g	5,40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33,56 g	0,00 g	0,84 g	60,99 g	5,00 g	0,59 g	42,60 g	0,00 g	0,58 g	34,99 g	0,00 g	0,31 g	23,47 g	0,00 g	0,52 g		





Heti étlap 2024.09.09. - 2024.09.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd						
Uzsonna	(00480) Gyermek (1-3 év)	Tej , Szárnyasmájkrém, Félbarna kenyér, Paradicsom	Tej , Sonkakrém , Teljeskiőrlésű zsemle, Zöldpaprika	Tej , Sajtos pogácsa.	Tej , Magyaros vajkrém , Teljeskiőrlésű zsemle, Karalábé	Tej , Tojáskrém, Zsemle, Zöldpaprika
		Energia: 198,26 Kcal / 828,73 KJ	Energia: 141,86 Kcal / 592,97 KJ	Energia: 272,77 Kcal / 1 140,18 KJ	Energia: 124,70 Kcal / 521,25 KJ	Energia: 239,08 Kcal / 999,35 KJ
		Fehérje 10,01 g Zsír 5,41 g T.Zsírsv 2,64 g	Fehérje 10,88 g Zsír 9,84 g T.Zsírsv 3,81 g	Fehérje 7,56 g Zsír 14,00 g T.Zsírsv 5,86 g	Fehérje 7,84 g Zsír 7,35 g T.Zsírsv 3,66 g	Fehérje 11,54 g Zsír 10,32 g T.Zsírsv 3,73 g
		Szénhidrát 30,05 g Cukor 0,00 g Só 1,03 g	Szénhidrát 18,34 g Cukor 0,00 g Só 0,62 g	Szénhidrát 21,43 g Cukor 0,00 g Só 0,96 g	Szénhidrát 19,18 g Cukor 0,00 g Só 0,42 g	Szénhidrát 27,07 g Cukor 0,00 g Só 0,77 g

.....
Élelmezésvezető

.....
Bölcsődevezető

.....
Bölcsődeorvos

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

