

Heti étlap 2024.01.22. - 2024.01.26.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermek (1-3 év)	Tej , Sajtkrém, natur, Teljeskiőrlésű zsemle, Paradicsom	Tej , Gépsonka, Margarin, Zsemle, Jégcsap retek	Tej , Zala felvágott, Trappista sajt, Margarin, Teljeskiőrlésű zsemle, Uborka	Tej , Margarin, Méz, Félbarna kenyér	Kakaó, Vaj, Zsemle, Karalábé
		Energia: 170,47 Kcal / 712,56 KJ	Energia: 246,43 Kcal / 1 030,08 KJ	Energia: 213,34 Kcal / 891,76 KJ	Energia: 230,98 Kcal / 965,50 KJ	Energia: 266,70 Kcal / 1 114,81 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		8,54 g 12,25 g 6,90 g	11,87 g 10,26 g 3,85 g	13,95 g 16,64 g 7,41 g	9,05 g 8,80 g 3,54 g	9,04 g 10,34 g 4,97 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
18,86 g 0,00 g 0,63 g	25,95 g 0,00 g 0,91 g	18,36 g 0,00 g 1,21 g	32,13 g 3,24 g 1,03 g	34,03 g 6,99 g 0,68 g		
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év)	Gyümölcslé	Gyümölcsstea	Gyümölcslé	Limonádé	Gyümölcslé
		Energia: 87,71 Kcal / 366,63 KJ	Energia: 21,34 Kcal / 89,20 KJ	Energia: 87,71 Kcal / 366,63 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	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		0,11 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	0,05 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	Szénhidrát Cukor Só
1,95 g 1,62 g 0,01 g	5,24 g 5,00 g 0,00 g	1,95 g 1,62 g 0,01 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)	Mexikói sertés tokány, Tészta köret , Narancs	Rakott csirkemell , Burgonyapüré , Alma	Zöldbabfőzelék, Májfelfűjt, Mandarin	Csőbensült karalábé, Banán	Kelkáposzta főzelék , Vagdalt sajtos, Alma
		Energia: 362,17 Kcal / 1 513,87 KJ	Energia: 429,86 Kcal / 1 796,81 KJ	Energia: 268,90 Kcal / 1 124,00 KJ	Energia: 342,51 Kcal / 1 431,69 KJ	Energia: 363,62 Kcal / 1 519,93 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		18,11 g 10,68 g 2,06 g	27,29 g 14,31 g 6,80 g	16,46 g 8,16 g 2,40 g	20,56 g 10,38 g 4,19 g	21,81 g 11,09 g 3,66 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
47,17 g 0,00 g 0,65 g	46,60 g 0,00 g 0,76 g	34,50 g 0,00 g 0,34 g	40,84 g 0,00 g 0,69 g	43,08 g 0,00 g 0,67 g		





Heti étlap 2024.01.22. - 2024.01.26.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd						
Uzsonna	(00480) Gyermek (1-3 év)	Tej , Házi halkrém, Zsemle, Lilahagyma	Tej , Sült zellerkrém, Félbarna kenyér, Zöldpaprika	Kakaó, Kuglóf	Tej , Padlizsánkrém, Zsemle, Sárgarépa	Tej , Körözött túró, Teljeskiőrlésű zsömle, Zöldpaprika
		Energia: 254,41 Kcal / 1 063,43 KJ	Energia: 225,23 Kcal / 941,46 KJ	Energia: 265,56 Kcal / 1 110,04 KJ	Energia: 235,08 Kcal / 982,63 KJ	Energia: 136,22 Kcal / 569,40 KJ
		Fehérje    Zsír    T.Zsírsv	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv
		12,54 g    10,19 g    4,52 g	9,67 g    6,92 g    3,47 g	9,48 g    8,10 g    4,19 g	8,71 g    9,72 g    2,92 g	10,13 g    8,29 g    3,76 g
		Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só
30,05 g    1,20 g    0,90 g	30,67 g    0,00 g    1,02 g	38,36 g    10,99 g    0,19 g	27,88 g    0,00 g    0,72 g	19,40 g    0,00 g    0,62 g		

.....  
Élelmezésvezető

.....  
Bölcsődevezető

.....  
Bölcsődeorvos

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

