



Heti étlap 2024.10.14. - 2024.10.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermek (1-3 év)	Tej , Diós sajtkrém, Félbarna kenyér, Uborka	Karamell, Napraforgókrém, Félbarna kenyér, Sárgarépa	Tej , Tojásrántotta , Kifli, Zöldpaprika	Tej , Tavaszi felvágott, Trappista sajt, Margarin, Teljeskiőrlésű zsemle, Paradicsom	Tej , Tavaszi túrókrém, Zsemle, Zöldpaprika
		Energia: 284,63 Kcal / 1 189,75 KJ	Energia: 259,88 Kcal / 1 086,30 KJ	Energia: 240,24 Kcal / 1 004,20 KJ	Energia: 217,95 Kcal / 911,03 KJ	Energia: 212,41 Kcal / 887,87 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		10,69 g 13,46 g 7,26 g	9,49 g 8,63 g 3,41 g	12,62 g 11,98 g 3,89 g	13,16 g 15,16 g 6,97 g	11,07 g 6,63 g 3,23 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
29,84 g 0,00 g 1,22 g	38,62 g 7,99 g 1,08 g	20,19 g 0,00 g 0,52 g	19,08 g 0,00 g 1,09 g	26,87 g 0,00 g 0,66 g		
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év)	Limonádé	Gyümölcslé	Gyümölcs tea	Gyümölcslé	Gyümölcslé
		Energia: 21,70 Kcal / 90,71 KJ	Energia: 87,71 Kcal / 366,63 KJ	Energia: 21,34 Kcal / 89,20 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	0,11 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	0,11 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	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	1,95 g 1,62 g 0,01 g		
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év)	Túróval rakott burgonya , Mandarin	Tökfőzelék , Brassói feltét, Szőlő	Temesvári pulyka ragu , Párolt bulgur, Körte	Csöbenschült karfiol csirkemellel, Banán	Zöldborsófőzelék , Párolt sertéshús, Alma
		Energia: 343,07 Kcal / 1 434,03 KJ	Energia: 314,61 Kcal / 1 315,07 KJ	Energia: 319,03 Kcal / 1 333,55 KJ	Energia: 361,30 Kcal / 1 510,23 KJ	Energia: 323,61 Kcal / 1 352,69 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		14,10 g 10,86 g 4,02 g	14,45 g 11,08 g 2,75 g	15,88 g 7,87 g 1,99 g	21,71 g 11,10 g 4,11 g	21,30 g 8,29 g 2,64 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
45,90 g 0,00 g 0,17 g	38,08 g 0,00 g 0,22 g	48,88 g 0,00 g 0,22 g	42,83 g 0,00 g 0,58 g	40,00 g 5,00 g 0,21 g		





Heti étlap 2024.10.14. - 2024.10.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00480) Gyermek (1-3 év)	Tej , Paradicsomos fűszeres halkrém, Zsemle, Zöldpaprika	Tej , Gépsonka, Trappista sajt, Margarin, Teljeskiőrlésű zsemle, Paradicsom	Kakaó, Vaj, Trappista sajt, Zsemle, Uborka	Tej , Mogorókrém , Félbarna kenyér	Tej , Kakaós csiga
		Energia: 217,33 Kcal / 908,44 KJ	Energia: 213,93 Kcal / 894,23 KJ	Energia: 323,56 Kcal / 1 352,48 KJ	Energia: 199,41 Kcal / 833,53 KJ	Energia: 308,14 Kcal / 1 288,03 KJ
		Fehérje 11,04 g Zsír 8,26 g T.Zsírsv 3,13 g	Fehérje 15,00 g Zsír 14,04 g T.Zsírsv 6,50 g	Fehérje 12,99 g Zsír 15,24 g T.Zsírsv 7,99 g	Fehérje 9,67 g Zsír 7,70 g T.Zsírsv 2,98 g	Fehérje 8,55 g Zsír 13,25 g T.Zsírsv 6,03 g
		Szénhidrát 26,83 g Cukor 0,00 g Só 0,77 g	Szénhidrát 18,78 g Cukor 0,00 g Só 0,98 g	Szénhidrát 33,25 g Cukor 6,99 g Só 1,02 g	Szénhidrát 34,57 g Cukor 4,80 g Só 1,11 g	Szénhidrát 37,90 g Cukor 12,00 g Só 0,42 g

.....  
Élelmezésvezető

.....  
Bölcsődevezető

.....  
Bölcsődeorvos

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

