



Heti étlap 2023.09.04. - 2023.09.08.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermek (1-3 év)	Kakaó, Margarin, Félbarna kenyér, Zöldpaprika	Tej , Mogyorókrém , Félbarna kenyér	Tej , Vajkrém natur, Teljeskiórlésű kenyér, Zöldpaprika	Tej , Túrókrém diós-barackos, Zsemle	Tej , Tökmagkrém, Zsemle, Karalábé
		Energia: 252,17 Kcal / 1 054,07 KJ	Energia: 199,41 Kcal / 833,53 KJ	Energia: 120,94 Kcal / 505,53 KJ	Energia: 237,82 Kcal / 994,09 KJ	Energia: 238,01 Kcal / 994,88 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		9,64 g 8,59 g 3,60 g	9,67 g 7,70 g 2,98 g	9,22 g 7,55 g 3,66 g	11,81 g 7,49 g 3,56 g	10,70 g 10,43 g 4,15 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
36,69 g 6,99 g 1,02 g	34,57 g 4,80 g 1,11 g	27,44 g 0,00 g 0,56 g	30,52 g 3,88 g 0,66 g	29,52 g 0,00 g 0,79 g		
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év)	Limonádé	Limonádé	Gyümölcslé	Gyümölcslé	Gyümölcslé
		Energia: 34,34 Kcal / 143,54 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
		0,05 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
8,38 g 8,10 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)	Zöldborsófőzelék , Lecsós pulyka apróhús, Szőlő	Vargabéles , Sertésraguleves , Körte	Csöbenschült cukkini, Szilva	Vitaminfelfújt, Nektarin	Vegyes gyümölcsfőzelék, Rostonhal , Banán
		Energia: 387,94 Kcal / 1 621,59 KJ	Energia: 429,45 Kcal / 1 795,10 KJ	Energia: 330,56 Kcal / 1 381,74 KJ	Energia: 305,00 Kcal / 1 274,90 KJ	Energia: 334,52 Kcal / 1 398,29 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		22,02 g 8,41 g 2,24 g	23,00 g 15,27 g 5,32 g	17,86 g 15,13 g 5,42 g	21,92 g 11,01 g 4,35 g	13,80 g 6,53 g 1,47 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
55,51 g 5,00 g 0,33 g	49,04 g 8,79 g 0,48 g	30,53 g 0,00 g 0,50 g	28,96 g 0,00 g 0,57 g	64,22 g 12,99 g 0,38 g		





Heti étlap 2023.09.04. - 2023.09.08.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év)					
Uzsonna	(00480) Gyermek (1-3 év)					
		Tej , Szárnyashúskrém házi, Teljeskiőrlésű zsemle, Uborka	Tej , Párizsi krém, Zsemle, Paradicsom	Tej , Főtt tojás , Trapistakrém, Kifli, Uborka	Tejeskávé, Vaj, Kifli, Sárgarépa	Tej , Tavaszi felvágott, Margarin, Teljeskiőrlésű zsemle, Paradicsom
		Energia: 126,36 Kcal / 528,18 KJ	Energia: 233,65 Kcal / 976,66 KJ	Energia: 315,41 Kcal / 1 318,41 KJ	Energia: 226,58 Kcal / 947,10 KJ	Energia: 146,34 Kcal / 611,70 KJ
		Fehérje 11,19 g Zsír 7,49 g T.Zsírsvav 3,11 g	Fehérje 10,27 g Zsír 10,55 g T.Zsírsvav 4,15 g	Fehérje 18,43 g Zsír 19,01 g T.Zsírsvav 8,28 g	Fehérje 7,26 g Zsír 9,28 g T.Zsírsvav 4,71 g	Fehérje 9,00 g Zsír 10,94 g T.Zsírsvav 4,29 g
		Szénhidrát 18,29 g Cukor 0,00 g Só 0,47 g	Szénhidrát 26,48 g Cukor 0,00 g Só 1,03 g	Szénhidrát 20,78 g Cukor 0,00 g Só 1,09 g	Szénhidrát 28,18 g Cukor 6,99 g Só 0,44 g	Szénhidrát 18,84 g Cukor 0,00 g Só 0,73 g

.....
Élelmezésvezető

.....
Bölcsődevezető

.....
Bölcsődeorvos

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

