

Heti étlap 2023.10.09. - 2023.10.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermek (1-3 év)	Tej , Magyaros vajkrém , Zsemle, Paradicsom	Tej , Trappista sajt, Margarin, Teljeskiőrlésű zsemle, Uborka	Tej , Margarin, Kifli, Uborka	Tej , Sonkakrém , Teljeskiőrlésű zsemle, Paradicsom	Kakaó, Párizsi, Trappista sajt, Margarin, Teljeskiőrlésű kenyér, Zöldpaprika
		Energia: 214,94 Kcal / 898,45 KJ	Energia: 195,17 Kcal / 815,81 KJ	Energia: 187,26 Kcal / 782,75 KJ	Energia: 142,32 Kcal / 594,90 KJ	Energia: 217,89 Kcal / 910,78 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		8,63 g 8,21 g 3,91 g	12,99 g 15,05 g 7,21 g	7,19 g 8,56 g 3,47 g	10,84 g 9,82 g 3,82 g	13,98 g 14,22 g 6,33 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
26,39 g 0,00 g 0,65 g	18,35 g 0,00 g 0,96 g	19,71 g 0,00 g 0,45 g	18,54 g 0,00 g 0,62 g	34,71 g 6,99 g 1,19 g		
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év)	Gyümölcslé	Gyümölcslé	Gyümölcslé	Gyümölcstea mézzel	Limonádé
		Energia: 87,71 Kcal / 366,63 KJ	Energia: 87,71 Kcal / 366,63 KJ	Energia: 87,71 Kcal / 366,63 KJ	Energia: 33,98 Kcal / 142,04 KJ	Energia: 34,34 Kcal / 143,54 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	0,11 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	0,05 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	1,95 g 1,62 g 0,01 g	1,95 g 1,62 g 0,01 g	8,34 g 8,10 g 0,00 g	8,38 g 8,10 g 0,00 g		
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év)	Kelbimbó csőben sütve , Körte	Zöldbab csőben sütve, Banán	Paradicsom mártás , Húsgombóc, Alma	Sütőtökfőzelék, Húspuding , Szőlő	Sárgarépafőzelék, Halszelet diós bundában, Körte
		Energia: 310,92 Kcal / 1 299,65 KJ	Energia: 376,04 Kcal / 1 571,85 KJ	Energia: 354,47 Kcal / 1 481,68 KJ	Energia: 389,61 Kcal / 1 628,57 KJ	Energia: 327,92 Kcal / 1 370,71 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		23,24 g 11,07 g 4,42 g	19,84 g 13,36 g 5,23 g	13,40 g 6,70 g 1,43 g	15,37 g 8,53 g 2,53 g	15,31 g 9,63 g 2,40 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
29,11 g 0,00 g 0,49 g	43,04 g 0,00 g 0,54 g	59,39 g 14,99 g 0,54 g	61,76 g 9,99 g 0,22 g	44,21 g 5,00 g 0,76 g		





Heti étlap 2023.10.09. - 2023.10.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00480) Gyermek (1-3 év)	Tej , Vaj, Méz, Félbarna kenyér	Tej , Fonott kalács	Tej , Céklás túrókrém, Félbarna kenyér	Tej , Tojáskrém, Zsemle, Karalábé	Tej , Vajas pogácsa
		Energia: 245,10 Kcal / 1 024,52 Kj	Energia: 260,38 Kcal / 1 088,39 Kj	Energia: 226,52 Kcal / 946,85 Kj	Energia: 267,10 Kcal / 1 116,48 Kj	Energia: 288,43 Kcal / 1 205,64 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		9,06 g 8,80 g 4,43 g	10,20 g 9,28 g 4,36 g	11,76 g 6,55 g 3,29 g	13,06 g 11,61 g 4,49 g	8,85 g 13,90 g 6,53 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
32,13 g 3,24 g 0,97 g	34,44 g 3,12 g 0,51 g	29,85 g 0,00 g 0,99 g	29,60 g 0,00 g 0,85 g	31,25 g 0,65 g 1,16 g		

.....
Élelmezésvezető

.....
Bölcsődevezető

.....
Bölcsődeorvos

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

