

Heti étlap 2023.11.13. - 2023.11.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermek (1-3 év)	Tej , Margarin, Zsemle, Uborka	Tej , Vaj, Teljeskiőrlésű zömlé, Kaliforniai paprika	Tej , Tojásrántotta , Félbarna kenyér, Lilahagyma	Tej , Trapistakrém, Zsemle, Sárgarépa	Tej , Tökmagkrém, Zsemle, Uborka
		Energia: 222,37 Kcal / 929,51 KJ	Energia: 138,83 Kcal / 580,31 KJ	Energia: 293,05 Kcal / 1 224,95 KJ	Energia: 286,61 Kcal / 1 198,03 KJ	Energia: 202,54 Kcal / 846,62 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		8,44 g 9,19 g 3,49 g	7,50 g 9,47 g 4,68 g	14,66 g 12,20 g 4,40 g	14,02 g 14,83 g 7,07 g	8,78 g 9,01 g 3,39 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
25,79 g 0,00 g 0,72 g	18,28 g 0,00 g 0,39 g	30,77 g 1,20 g 1,11 g	27,39 g 0,00 g 1,26 g	25,83 g 0,00 g 0,71 g		
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év)	Limonádé	Gyümölcsle	Gyümölcstea	Gyümölcsle	Gyümölcsle
		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)	Vitaminfelfűjt, Mandarin	Csőbensült karalábé, Banán	Színes tészta hallal, Alma	Céklafőzelék, Lecsős pulyka apróhús, Banán	Paradicsom mártás , Húsgombóc, Narancs
		Energia: 320,37 Kcal / 1 339,15 KJ	Energia: 342,79 Kcal / 1 432,86 KJ	Energia: 326,79 Kcal / 1 365,98 KJ	Energia: 273,14 Kcal / 1 141,73 KJ	Energia: 360,43 Kcal / 1 506,60 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		23,19 g 12,62 g 4,92 g	20,55 g 10,41 g 4,34 g	19,92 g 9,88 g 3,20 g	13,20 g 5,77 g 1,53 g	13,58 g 6,52 g 1,43 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
27,45 g 0,00 g 0,60 g	40,83 g 0,00 g 0,69 g	38,86 g 0,00 g 0,71 g	41,88 g 0,00 g 0,50 g	60,74 g 14,99 g 0,54 g		





Heti étlap 2023.11.13. - 2023.11.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év)															
Uzsonna	(00480) Gyermek (1-3 év)	Kakaó, Briós	Tej , Túrókrém diós-barackos, Zsemle	Tej , Párizsi krém, Zsemle, Jégcsap retek	Tejeskávé, Szárnyashúskrém házi, Teljeskiórlésű zsömle, Karalábé	Tej , Tavaszi felvágott, Trappista sajt, Margarin, Kifli, Zöldpaprika										
		Energia: 317,62 Kcal / 1 327,65 KJ		Energia: 237,82 Kcal / 994,09 KJ		Energia: 231,08 Kcal / 965,91 KJ		Energia: 160,68 Kcal / 671,64 KJ		Energia: 274,89 Kcal / 1 149,04 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10,51 g	9,13 g	4,38 g	11,81 g	7,49 g	3,56 g	10,26 g	10,52 g	4,14 g	11,43 g	7,51 g	3,11 g	14,32 g	16,41 g	7,87 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
47,62 g	14,73 g	0,62 g	30,52 g	3,88 g	0,66 g	25,92 g	0,00 g	1,05 g	26,52 g	6,99 g	0,49 g	20,65 g	0,00 g	1,21 g		

.....
Élelmezésvezető

.....
Bölcsődevezető

.....
Bölcsődeorvos

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

