

Heti étlap 2023.11.20. - 2023.11.24.

| | | hétfő | kedd | szerda | csütörtök | péntek |
|-----------------------|-----------------------------|--|---|---|------------------------------------|--|
| Reggeli | (00480) Gyermek (1-3 év) | Kakaó, Napraforgókrém, Trappista sajt, Teljeskiőrlésű zsömle, Uborka | Tej , Medve sajt, natúr, Kifli, Karalábé | Tejeskávé, Sajtkrém, natur, Teljeskiőrlésű zsömle, Uborka | Tej , Lekvár, Félbarna kenyér | Tej , Zala felvágott, Trappista sajt, Margarin, Zsemle, Jégcsap retek |
| | | Energia: 193,70 Kcal / 809,67 KJ | Energia: 213,00 Kcal / 890,34 KJ | Energia: 197,43 Kcal / 825,26 KJ | Energia: 211,61 Kcal / 884,53 KJ | Energia: 315,47 Kcal / 1 318,66 KJ |
| | | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv |
| | | 11,11 g 11,79 g 5,35 g | 10,74 g 9,38 g 5,30 g | 8,56 g 12,23 g 6,89 g | 9,12 g 4,60 g 2,40 g | 14,98 g 16,40 g 7,26 g |
| | | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só |
| 26,01 g 6,99 g 0,70 g | 21,13 g 0,00 g 0,97 g | 25,59 g 6,99 g 0,64 g | 34,87 g 5,20 g 0,98 g | 26,22 g 0,00 g 1,47 g | | |
| | | | | | | |
| Tízórai | (00480) Gyermek (1-3 év) | Gyümölcslé | Limonádé | Gyümölcslé | Gyümölcstea mézzel | Gyümölcslé |
| | | Energia: 87,71 Kcal / 366,63 KJ | Energia: 34,34 Kcal / 143,54 KJ | Energia: 87,71 Kcal / 366,63 KJ | Energia: 33,98 Kcal / 142,04 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 | 0,05 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 | 8,38 g 8,10 g 0,00 g | 1,95 g 1,62 g 0,01 g | 8,34 g 8,10 g 0,00 g | 1,95 g 1,62 g 0,01 g | | |
| Ebéd | (00480) Gyermek (1-3 év) | Burgonya főzelék , Brassói feltét, Mandarin | Zöldbab csőben sütve, Körte | Kelbimbó főzelék, Vagdalt (Stefania) , Alma | Rakott brokkoli , Kiwi | Karfiolfőzelék , Halszelet diós bundában, Banán |
| | | Energia: 343,34 Kcal / 1 435,16 KJ | Energia: 319,05 Kcal / 1 333,63 KJ | Energia: 342,48 Kcal / 1 431,57 KJ | Energia: 321,92 Kcal / 1 345,63 KJ | Energia: 358,43 Kcal / 1 498,24 KJ |
| | | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv |
| | | 15,45 g 10,71 g 3,36 g | 18,90 g 13,57 g 5,38 g | 19,91 g 9,26 g 1,96 g | 20,78 g 13,42 g 5,40 g | 18,23 g 9,74 g 2,43 g |
| | | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só |
| 45,08 g 0,00 g 0,24 g | 29,63 g 0,00 g 0,49 g | 43,85 g 0,00 g 0,32 g | 27,78 g 0,00 g 0,52 g | 48,67 g 0,00 g 0,36 g | | |





Heti étlap 2023.11.20. - 2023.11.24.

| | | hétfő | kedd | szerda | csütörtök | péntek |
|----------------|-------------------------------------|---|---|--|--|---|
| Ebéd | | | | | | |
| Uzsonna | (00480) Gyermek (1-3 év) | Tej , Túrókrém édes , Zsemle | Tej , Sajtos pogácsa. | Tej , Sonkakrém , Zsemle, Zöldpaprika | Tej , Tojáskrém, Zsemle, Lilahagyma | Tej , Vajkrém natur, Teljeskiőrlésű zsemle, Sárgarépa |
| | | Energia: 255,30 Kcal / 1 067,15 KJ | Energia: 272,77 Kcal / 1 140,18 KJ | Energia: 231,61 Kcal / 968,13 KJ | Energia: 237,20 Kcal / 991,50 KJ | Energia: 128,85 Kcal / 538,59 KJ |
| | | Fehérje 12,56 g Zsír 7,82 g T.Zsírsvav 3,92 g | Fehérje 7,56 g Zsír 14,00 g T.Zsírsvav 5,86 g | Fehérje 11,87 g Zsír 10,30 g T.Zsírsvav 3,85 g | Fehérje 11,18 g Zsír 10,19 g T.Zsírsvav 4,17 g | Fehérje 7,68 g Zsír 7,75 g T.Zsírsvav 3,87 g |
| | | Szénhidrát 33,38 g Cukor 6,59 g Só 0,66 g | Szénhidrát 21,43 g Cukor 0,00 g Só 0,96 g | Szénhidrát 26,11 g Cukor 0,00 g Só 0,88 g | Szénhidrát 27,23 g Cukor 1,20 g Só 0,76 g | Szénhidrát 19,44 g Cukor 0,00 g Só 0,45 g |
| | | | | | | |

.....
Élelmezésvezető

.....
Bölcsődevezető

.....
Bölcsődeorvos

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

