

Heti étlap 2023.12.04. - 2023.12.08.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermek (1-3 év)	Tej , Sajtkrém, zöldfűszeres, Teljeskiőrlésű zsemle, Karalábé	Tej , Medve sajt, sonkás, Főtt tojás , Kifli, Sárgarépa	Tej , Szárnyasmájkrém, Trappista sajt, Teljeskiőrlésű zsemle, Karalábé	Tej , Vaj, Kifli, Uborka	Tej , Mogorókrém , Félbarna kenyér
		Energia: 222,83 Kcal / 931,43 KJ	Energia: 186,15 Kcal / 778,11 KJ	Energia: 153,89 Kcal / 643,26 KJ	Energia: 210,96 Kcal / 881,81 KJ	Energia: 199,41 Kcal / 833,53 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		10,74 g 15,58 g 8,80 g	14,10 g 13,03 g 6,68 g	12,61 g 9,54 g 5,22 g	7,21 g 11,36 g 5,71 g	9,67 g 7,70 g 2,98 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
22,19 g 0,00 g 0,77 g	21,59 g 0,00 g 1,21 g	19,66 g 0,00 g 0,84 g	19,72 g 0,00 g 0,39 g	34,57 g 4,80 g 1,11 g		
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év)	Gyümölcsstea mézzel	Limonádé	Gyümölcslé	Gyümölcslé	Gyümölcslé
		Energia: 33,98 Kcal / 142,04 KJ	Energia: 34,34 Kcal / 143,54 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	0,05 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
8,34 g 8,10 g 0,00 g	8,38 g 8,10 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)	Rakott kelkáposzta , Narancs	Zöldborsófőzelék , Vagdalt (Stefania) , Alma	Finomfőzelék , Lecsós pulyka apróhús, Narancs	Kelbimbó csőben sültve , Mandarin	Zöldbabfőzelék, Panírozott halrudak , Banán
		Energia: 294,44 Kcal / 1 230,76 KJ	Energia: 351,80 Kcal / 1 470,52 KJ	Energia: 291,72 Kcal / 1 219,39 KJ	Energia: 310,12 Kcal / 1 296,30 KJ	Energia: 282,45 Kcal / 1 180,64 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		17,80 g 9,36 g 3,34 g	22,89 g 8,26 g 2,78 g	16,82 g 7,29 g 1,80 g	23,58 g 11,10 g 4,42 g	17,47 g 6,86 g 1,77 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
33,72 g 0,00 g 0,26 g	45,48 g 5,00 g 0,40 g	39,28 g 5,00 g 0,56 g	28,11 g 0,00 g 0,48 g	39,83 g 0,00 g 0,19 g		





Heti étlap 2023.12.04. - 2023.12.08.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Uzsonna	(00480) Gyermek (1-3 év)	Tej , Tojáskrém, Félbarna kenyér, Lilahagyma	Tej , Gépsonka, Margarin, Zsemle, Zöldpaprika	Tejeskávé, Vajkrém natur, Félbarna kenyér, Paradicsom	Tej , Párizsi krém, Trappista sajt, Teljeskiőrlésű zsömle, Jégcsap rettek	Karamell, Kőrözött túró, Zsemle, Zöldpaprika										
		Energia: 250,90 Kcal / 1 048,76 KJ	Energia: 247,44 Kcal / 1 034,30 KJ	Energia: 265,23 Kcal / 1 108,66 KJ	Energia: 215,70 Kcal / 901,63 KJ	Energia: 258,09 Kcal / 1 078,82 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11,97 g	9,82 g	4,22 g	11,87 g	10,30 g	3,85 g	9,49 g	8,64 g	4,34 g	14,81 g	15,68 g	7,67 g	11,12 g	8,75 g	3,80 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30,67 g	1,20 g	1,08 g	26,11 g	0,00 g	0,88 g	37,06 g	6,99 g	0,97 g	18,47 g	0,00 g	1,29 g	35,16 g	7,99 g	0,88 g		

.....
Élelmezésvezető

.....
Bölcsődevezető

.....
Bölcsődeorvos

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

