

Heti étlap 2024.04.15. - 2024.04.19.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	
Tízórai	(00482) Gyermek (7-10 év)	Kakaó , Kürtös kifli	Gyümölcs tea, Snidlinges tojáskrém, Rozskenyér, Kápia paprika	Tej, Kukoricapehely	Gyümölcs tea, Natur vajkrém, Félbarna kenyér, Paradicsom	Gyümölcs tea, Sonkakerém házi, Rozskenyér, Zöldpaprika	
		Energia: 479.41 Kcal / 2,003.93 KJ	Energia: 334.59 Kcal / 1,398.59 KJ	Energia: 231.55 Kcal / 967.88 KJ	Energia: 257.04 Kcal / 1,074.43 KJ	Energia: 235.28 Kcal / 983.47 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	
		14.95 g 13.08 g 6.27 g	8.45 g 14.04 g 4.13 g	9.11 g 5.78 g 3.05 g	5.79 g 8.58 g 4.02 g	7.69 g 5.34 g 1.62 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
74.92 g 27.54 g 0.89 g	43.42 g 8.99 g 0.89 g	35.50 g 0.00 g 0.90 g	38.28 g 8.99 g 1.00 g	38.27 g 8.99 g 1.12 g			
Ebéd	(00482) Gyermek (7-10 év)	Csontleves tésztával, Csirkepörkölt, Zöldbabfőzelék , Félbarna kenyér	Korhelyleves, Lekváros bukta, Narancs	Tavaszi leves, Hentes tokány, Párolt rizs	Csirkemájropogós, Tökfőzelék , Korpás kenyér, Gyümölcsle, Tejszelet	Zellerkrémleves, Zsemlekočka, Tarhonyás hús , Céklasaláta	
		Energia: 671.91 Kcal / 2,808.58 KJ	Energia: 783.72 Kcal / 3,275.95 KJ	Energia: 686.12 Kcal / 2,867.98 KJ	Energia: 811.91 Kcal / 3,393.78 KJ	Energia: 716.34 Kcal / 2,994.30 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	
		31.66 g 32.06 g 5.48 g	20.00 g 33.36 g 12.07 g	27.34 g 28.47 g 6.49 g	29.42 g 36.01 g 11.54 g	30.27 g 30.62 g 8.13 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
63.30 g 2.05 g 2.34 g	99.17 g 12.00 g 3.50 g	79.41 g 0.07 g 2.51 g	91.06 g 29.36 g 3.13 g	78.44 g 4.82 g 2.58 g			





Heti étlap 2024.04.15. - 2024.04.19.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00482) Gyermek (7-10 év)	Zala felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Retek	Kockasajt , Kifli	Tonhalkrém , Teljes kiőrlésű kenyér, Újhagyma	Szerencse szelet, Margarin, Teljes kiőrlésű zsemle, Kígyóuborka	Körte, Kókuszos müzliszelet
		Energia: 259.77 Kcal / 1,085.84 KJ	Energia: 138.04 Kcal / 577.01 KJ	Energia: 185.79 Kcal / 776.60 KJ	Energia: 257.05 Kcal / 1,074.47 KJ	Energia: 219.05 Kcal / 915.63 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		9.69 g 13.60 g 4.11 g	6.04 g 3.32 g 1.88 g	8.56 g 5.05 g 1.25 g	9.23 g 13.26 g 4.03 g	4.56 g 4.36 g 2.28 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
24.32 g 0.00 g 1.37 g	20.83 g 0.00 g 0.79 g	26.68 g 0.00 g 0.54 g	24.89 g 0.00 g 0.66 g	40.00 g 5.60 g 0.02 g		

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

.....
Élelmezésvezető

.....
Szakács

