

Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

		hétfő	kedd	csütörtök	péntek
Tízórai	(00482) Gyermek (7-10 év)	Tejeskávé, Margarin, Kuglóf	Gyümölcs tea, Házi tonhalkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Újhagyma	Gyümölcs tea, Zöldfűszeres vajkrém, Félbarna kenyér, Retek	Gyümölcs tea, Tojáskrém, Teljes kiőrlésű kifli, Paradicsom
		Energia: 401.88 Kcal / 1,679.86 KJ	Energia: 255.29 Kcal / 1,067.11 KJ	Energia: 254.85 Kcal / 1,065.27 KJ	Energia: 289.11 Kcal / 1,208.48 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		8.92 g 21.33 g 7.67 g	9.13 g 7.58 g 1.80 g	5.85 g 8.55 g 4.02 g	7.62 g 14.00 g 4.12 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
43.07 g 21.98 g 0.44 g	37.42 g 8.99 g 1.35 g	37.74 g 8.99 g 1.04 g	32.22 g 8.99 g 1.03 g		
Ebéd	(00482) Gyermek (7-10 év)	Vajgaluska leves, Sült csirkecombfilé, Brokkolifőzelék, Rozskenyér	Babgulyás, Sajtos pogácsa, Körte	Májgaluskaleves, Dejjős metélt, Narancs	Székelykáposzta, Korpás kenyér, Detki keksz, Gyümölcslé
		Energia: 749.60 Kcal / 3,133.33 KJ	Energia: 790.06 Kcal / 3,302.45 KJ	Energia: 805.11 Kcal / 3,365.36 KJ	Energia: 619.88 Kcal / 2,591.10 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		37.66 g 37.13 g 6.45 g	26.24 g 43.75 g 11.39 g	26.32 g 22.02 g 6.14 g	23.25 g 29.58 g 7.89 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
65.68 g 0.28 g 5.05 g	71.62 g 0.00 g 2.55 g	122.57 g 23.38 g 2.83 g	64.13 g 29.57 g 2.44 g		





Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

		hétfő	kedd	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00482) Gyermek (7-10 év)	Olasz felvágott, Margarin, Kukoricás kenyér, Kígyóuborka	Csirkemellsonka, Margarin, Szezámós zsemle, Zöldpaprika	Trappista sajt, Margarin, Rozskenyér, Kápia paprika	Pizzás csiga
		Energia: 287.25 Kcal / 1,200.71 Kj	Energia: 273.73 Kcal / 1,144.19 Kj	Energia: 275.23 Kcal / 1,150.46 Kj	Energia: 185.97 Kcal / 777.35 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		6.99 g 17.73 g 5.51 g	11.48 g 14.62 g 3.04 g	9.91 g 13.16 g 5.53 g	2.91 g 12.86 g 3.40 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
24.58 g 1.49 g 1.93 g	23.72 g 0.00 g 1.18 g	28.97 g 0.00 g 1.17 g	14.43 g 0.00 g 1.14 g		

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

.....
Élelmezésvezető

.....
Szakács

