



Heti étlap 2023.08.21. - 2023.08.25.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00481) Gyermek (4-6 év)	Tea Instant O*, Margarin, csészés 32% zsírt., Párizsi sajtos, baromfi, Graham kenyér, Kaliforniai paprika	Tej 2dl ovi, Kőrözött túró házi ovi*, Kifli, tejes, Uborka(kígyó)	Epres tej O*, Teljes kiőrlésű tökmagos percc	Tea Instant O*, Fekete áfonya dzsem, Kukoricás kenyér	Tea Instant O*, Sajtkrém félzsíros, ömlesztett, Kifli, magvas, Kápia paprika
		Energia: 255,68 Kcal / 1 068,74 KJ	Energia: 292,08 Kcal / 1 220,89 KJ	Energia: 459,60 Kcal / 1 921,13 KJ	Energia: 166,51 Kcal / 696,01 KJ	Energia: 117,85 Kcal / 492,61 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		9,27 g 8,49 g 2,70 g	16,22 g 6,71 g 3,74 g	17,11 g 9,87 g 4,97 g	5,28 g 0,61 g 0,16 g	3,29 g 2,73 g 0,01 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
31,74 g 8,05 g 1,21 g	40,18 g 3,17 g 1,10 g	65,87 g 8,94 g 1,56 g	34,21 g 8,38 g 0,83 g	19,48 g 8,16 g 0,27 g		
Ebéd	(00481) Gyermek (4-6 év)	Babgulyás O*, Mákos tészta O*, Mák szórát O*, Alma	Zabgaluskás leves O*, Sertés pörkölt O*, Tökfőzelék O*, Korpás Kenyér	Paradicsom leves O*, Csőben sült cs.melles zölds.*O	Csontleves tésztabetéttel O*, Bácska Rizseshús O*, Uborka saláta (friss) ovi	Frankfurti leves ovi*, Tiroli rétes túrós
		Energia: 649,46 Kcal / 2 714,74 KJ	Energia: 515,27 Kcal / 2 153,83 KJ	Energia: 466,97 Kcal / 1 951,93 KJ	Energia: 566,31 Kcal / 2 367,18 KJ	Energia: 546,52 Kcal / 2 284,45 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		27,79 g 23,08 g 5,07 g	20,29 g 25,89 g 7,44 g	26,93 g 20,27 g 6,27 g	18,41 g 24,81 g 6,31 g	16,38 g 24,61 g 12,46 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
81,49 g 9,99 g 1,52 g	48,86 g 2,15 g 2,40 g	49,85 g 5,40 g 2,50 g	66,69 g 9,99 g 3,57 g	50,57 g 17,68 g 1,36 g		
Uzsonna	(00481) Gyermek (4-6 év)	Vajkrém natúr, 20% zsírt., Füstölt Edami sajt, Magvas kenyér, Póréhagyma	Kuglóf, kakaós	Szárnyasmájkrém 65g, Félbarna kenyér, TV paprika	Margarin, csészés 32% zsírt., Zöldséges baromfi szelet, Kifli, vajjas, Paradicsom	Puding habos 175 gr
		Energia: 201,43 Kcal / 841,98 KJ	Energia: 90,50 Kcal / 378,29 KJ	Energia: 232,79 Kcal / 973,06 KJ	Energia: 193,11 Kcal / 807,20 KJ	Energia: 154,00 Kcal / 643,72 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		9,21 g 9,93 g 5,67 g	2,50 g 1,18 g 0,76 g	6,67 g 13,72 g 0,11 g	5,07 g 5,35 g 1,85 g	1,93 g 4,03 g 2,80 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só





Heti étlap 2023.08.21. - 2023.08.25.

	18,22 g	0,38 g	0,65 g	15,59 g	4,09 g	0,19 g	20,02 g	0,36 g	1,47 g	27,71 g	1,40 g	0,56 g	27,65 g	21,70 g	0,00 g
															

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

