

Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

		hétfő	kedd	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermekek	Kókuszos tej , Vaj, Stangli	Tej, Philadelphia krémsajt, Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom	Tej, Cukkinikrém , Kukoricás kenyér, Kígyóborka	Gyümölcsstea, Bazsalikomos ricottakrém, Burgonyás kenyér, Kaliforniai paprika
		Energia: 252,76 Kcal / 1 056,54 Kj	Energia: 236,00 Kcal / 986,48 Kj	Energia: 269,33 Kcal / 1 125,80 Kj	Energia: 139,50 Kcal / 583,11 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		7,54 g 15,42 g 8,71 g	10,21 g 9,36 g 5,24 g	11,45 g 9,65 g 3,62 g	7,19 g 1,67 g 0,56 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
20,67 g 3,24 g 0,15 g	27,47 g 0,00 g 0,72 g	33,99 g 0,00 g 1,13 g	23,87 g 2,00 g 1,30 g		
Tízórai	(00480) Gyermekek	Happy day 100% gyümölcslé	Citrusos limonádé	Mentás limonádé	Mangós limonádé
		Energia: 76,01 Kcal / 317,72 Kj	Energia: 56,26 Kcal / 235,17 Kj	Energia: 23,74 Kcal / 99,23 Kj	Energia: 37,70 Kcal / 157,59 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		0,09 g 0,00 g 0,00 g	0,52 g 0,22 g 0,00 g	0,05 g 0,07 g 0,00 g	0,14 g 0,11 g 0,01 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
18,20 g 0,00 g 0,01 g	12,03 g 5,00 g 0,01 g	5,27 g 5,00 g 0,00 g	8,63 g 5,00 g 0,00 g		
Ebéd	(00480) Gyermekek	Stefánia tonhal vagdalt , Finomfőzelék, Banán	Tejszínes pesztos csirkemell, Főtt durum tészta , Alma	Zabpelyhes csirkehúsgombóc, Paradicsommártás, Főtt burgonya, Banán	Csőben sült vegyes zöldség pulykahússal, Körte
		Energia: 522,66 Kcal / 2 184,72 Kj	Energia: 375,83 Kcal / 1 570,97 Kj	Energia: 469,36 Kcal / 1 961,92 Kj	Energia: 373,18 Kcal / 1 559,89 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		19,35 g 21,43 g 4,17 g	20,76 g 17,69 g 4,88 g	17,72 g 9,55 g 1,45 g	19,43 g 17,38 g 6,93 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
63,10 g 4,00 g 3,05 g	39,43 g 0,28 g 1,63 g	76,78 g 9,99 g 1,01 g	34,20 g 0,00 g 1,30 g		



Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

		hétfő	kedd	csütörtök	péntek								
Uzsonna	(00480) Gyermek	Gyümölcsstea, eFeF csirkemell sonka, Delma multivitamin, Kukoricás kenyér, Kápia paprika	Gyümölcsstea, Házi csirkemájkrém, Félbarna kenyér, Kígyóuborka	Gyümölcsstea, Körözött, Teljes kiőrlésű kenyér, Hónapos retek	Tej, Áfonya lekvár, Delma multivitamin, Kifli								
		Energia: 161,04 Kcal / 673,15 KJ	Energia: 164,06 Kcal / 685,77 KJ	Energia: 114,95 Kcal / 480,49 KJ	Energia: 221,43 Kcal / 925,58 KJ								
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		5,88 g	4,22 g	1,16 g	6,79 g	4,05 g	0,69 g	5,81 g	1,52 g	0,61 g	9,66 g	10,40 g	4,74 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
24,56 g	2,00 g	1,06 g	24,86 g	2,00 g	0,87 g	19,33 g	2,00 g	0,39 g	22,04 g	0,96 g	0,66 g		

.....
Élelmezésvezető

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

