Heti étlap 2024.03.04. - 2024.03.08.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Refrom tea barna cukorral, Mozarella sajt pritaminágyon, Kukoricás kenyér	Házi gyümölcsjoghurt, Rozsos Bagett-lenmagos	Refrom tea barna cukorral, Csirkemell sonka, Rozsos kenyér, Kaliforniai paprika	Gyümölcsös tejbeköles	Refrom tea barna cukorral, Zöldséges tojásomlett reform, Rozsos kenyér
		Energia: 254,62 Kcal / 1 064,31 Kj	Energia: 473,34 Kcal / 1 978,56 Kj	Energia: 151,45 Kcal / 633,06 Kj	Energia: 130,06 Kcal / 543,65 Kj	Energia: 245,04 Kcal / 1 024,27 Kj
		Fehérje: 7,03 g; Zsír: 9,50 g; T.Zsírsav: 2,89 g; Szénhidrát: 31,44 g; Cukor: 2,28 g; Só: 0,99 g	Fehérje: 17,28 g; Zsír: 12,48 g; T.Zsírsav: 4,79 g; Szénhidrát: 73,28 g; Cukor: 7,22 g; Só: 1,52 g	Fehérje: 6,21 g; Zsír: 1,15 g; T.Zsírsav: 0,26 g; Szénhidrát: 28,30 g; Cukor: 2,17 g; Só: 1,13 g	Fehérje: 9,81 g; Zsír: 4,18 g; T.Zsírsav: 1,93 g; Szénhidrát: 37,28 g; Cukor: 5,00 g; Só: 0,27 g	Fehérje: 8,58 g; Zsír: 9,65 g; T.Zsírsav: 2,48 g; Szénhidrát: 28,68 g; Cukor: 2,17 g; Só: 1,84 g
Ebéd	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Lencseleves , Zablisztes palacsinta	Tonhalas penne, Trapista sajt, Banán	Fokhagymakrémleves , Rakott royal	Magvas csirkemell, Bulgursaláta, Alma	Sült csirkecomb filé , Burgonya rozmaringos , Uborka saláta (friss)
		Energia: 471,61 Kcal / 1 971,33 Kj	Energia: 416,02 Kcal / 1 738,96 Kj	Energia: 737,91 Kcal / 3 084,46 Kj	Energia: 543,35 Kcal / 2 271,20 Kj	Energia: 326,74 Kcal / 1 365,77 Kj
		Fehérje: 19,35 g; Zsír: 26,85 g; T.Zsírsav: 7,64 g; Szénhidrát: 51,84 g; Cukor: 17,01 g; Só: 5,06 g	Fehérje: 19,20 g; Zsír: 13,94 g; T.Zsírsav: 5,30 g; Szénhidrát: 55,80 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,76 g	Fehérje: 30,31 g; Zsír: 50,86 g; T.Zsírsav: 12,50 g; Szénhidrát: 67,26 g; Cukor: 0,00 g; Só: 4,40 g	Fehérje: 34,01 g; Zsír: 15,10 g; T.Zsírsav: 2,02 g; Szénhidrát: 68,95 g; Cukor: 0,00 g; Só: 4,05 g	Fehérje: 18,77 g; Zsír: 9,40 g; T.Zsírsav: 1,13 g; Szénhidrát: 43,74 g; Cukor: 9,99 g; Só: 6,55 g

Heti étlap 2024.03.04. - 2024.03.08.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Tojáskrém , Rozsos kenyér, Reform zöldség	Húskrém cs. comb , Rozsos kenyér, Savanyú káposzta, Lilahagyma	Vanliás túrókrém , Rozsos stangli	Padlizsánkrém , Rozsos kenyér, Cékla	Sajt különféle, Burgonyás kenyér, Sárgarépa
		Energia: 197,08 Kcal / 823,79 Kj	Energia: 228,83 Kcal / 956,51 Kj	Energia: 269,48 Kcal / 1 126,43 Kj	Energia: 221,97 Kcal / 927,83 Kj	Energia: 139,37 Kcal / 582,57 Kj
		Fehérje: 8,84 g; Zsír: 9,86 g; T.Zsírsav: 2,01 g; Szénhidrát: 29,53 g; Cukor: 0,18 g; Só: 1,01 g	Fehérje: 5,69 g; Zsír: 19,68 g; T.Zsírsav: 8,02 g; Szénhidrát: 27,33 g; Cukor: 0,18 g; Só: 1,03 g	Fehérje: 9,36 g; Zsír: 10,14 g; T.Zsírsav: 2,06 g; Szénhidrát: 35,70 g; Cukor: 3,56 g; Só: 0,88 g	Fehérje: 3,62 g; Zsír: 11,11 g; T.Zsírsav: 1,90 g; Szénhidrát: 27,24 g; Cukor: 0,18 g; Só: 1,81 g	Fehérje: 2,69 g; Zsír: 0,78 g; T.Zsírsav: 0,31 g; Szénhidrát: 27,75 g; Cukor: 0,25 g; Só: 0,76 g

Élelmezési osztályvezető	Vezető dietetikus	Gazdaságvezető
.....	.....	.....