Heti étlap 2024.04.01. - 2024.04.05.

		kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Almás zabkása reform	Tea gyümölcsös , Olaszos melegszendvics, Paradicsom	, Rozsos kifli	Tea gyümölcsös , Csirkemell sonka, Kukoricás kenyér, Uborka
		Energia: 127,62 Kcal / 533,45 Kj	Energia: 238,09 Kcal / 995,22 Kj	Energia: 2 763,06 Kcal / 11 549,59 Kj	Energia: 155,49 Kcal / 649,95 Kj
		Fehérje: 11,28 g; Zsír: 5,20 g; T.Zsírsav: 2,04 g; Szénhidrát: 32,77 g; Cukor: 0,00 g; Só: 0,30 g	Fehérje: 8,18 g; Zsír: 9,68 g; T.Zsírsav: 2,95 g; Szénhidrát: 26,91 g; Cukor: 0,18 g; Só: 1,02 g	Fehérje: 85,66 g; Zsír: 12,28 g; T.Zsírsav: 1,00 g; Szénhidrát: 572,79 g; Cukor: 0,00 g; Só: 11,68 g	Fehérje: 5,12 g; Zsír: 1,00 g; T.Zsírsav: 0,24 g; Szénhidrát: 28,87 g; Cukor: 0,28 g; Só: 1,13 g
Ebéd	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Sült csirkemell , Párolt jázminrizs, Csőbensült kelbimbó *mir.*	Burgonya főzelék zablisztel, Rozsos kenyér, Sült csirkecomb filé , Banán	Zöldborsós marharagu, Zablisztes galuska köret, Körte	Harcsafilé borzas bundában, Bulgár saláta "Sopszka"
		Energia: 542,14 Kcal / 2 266,15 Kj	Energia: 448,66 Kcal / 1 875,40 Kj	Energia: 439,49 Kcal / 1 837,07 Kj	Energia: 604,71 Kcal / 2 527,69 Kj
		Fehérje: 40,71 g; Zsír: 28,21 g; T.Zsírsav: 10,02 g; Szénhidrát: 71,92 g; Cukor: 0,00 g; Só: 9,15 g	Fehérje: 21,58 g; Zsír: 10,25 g; T.Zsírsav: 2,23 g; Szénhidrát: 70,79 g; Cukor: 0,18 g; Só: 3,14 g	Fehérje: 25,18 g; Zsír: 14,07 g; T.Zsírsav: 1,72 g; Szénhidrát: 43,65 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,94 g	Fehérje: 36,67 g; Zsír: 34,91 g; T.Zsírsav: 7,52 g; Szénhidrát: 35,15 g; Cukor: 0,00 g; Só: 4,24 g
Uzsonna	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**	Mediterrán tojáskrém, Rozsos kenyér, Reform zöldség	Húskrém , Teljeskiőrlésű kenyér, Savanyú káposzta	Sajt különféle, Rozsos kenyér, Reform zöldség	Rozsos kenyér, Lilahagyma, Camembertes körözött 4-6 év
		Energia: 158,89 Kcal / 664,16 Kj	Energia: 157,36 Kcal / 657,76 Kj	Energia: 167,26 Kcal / 699,15 Kj	Energia: 146,57 Kcal / 612,66 Kj
		Fehérje: 4,73 g; Zsír: 5,88 g; T.Zsírsav: 1,67 g; Szénhidrát: 24,87 g; Cukor: 0,18 g; Só: 0,88 g	Fehérje: 4,80 g; Zsír: 6,06 g; T.Zsírsav: 1,58 g; Szénhidrát: 26,20 g; Cukor: 0,18 g; Só: 1,56 g	Fehérje: 6,42 g; Zsír: 1,64 g; T.Zsírsav: 0,33 g; Szénhidrát: 29,03 g; Cukor: 0,18 g; Só: 0,85 g	Fehérje: 5,08 g; Zsír: 1,76 g; T.Zsírsav: 0,73 g; Szénhidrát: 27,48 g; Cukor: 0,18 g; Só: 0,98 g

Heti étlap 2024.04.01. - 2024.04.05.					
		kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	**(00491) Gyermek reform 4-6 év**				

. . . . . .
Élelmezési
osztályvezető

. . . . . .
Vezető
dietetikus

. . . . . .
Gazdaságvezető