## Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

| | | hétfő | kedd | csütörtök | péntek |
|---|---|---|---|---|---|
| **Tízórai** | **(00481) Gyermek (4-6 év) A menű** | Tej 2dl, Borjúpárizsi, Kenyér, Jégsaláta | Tejeskávé , Pannónia sajt, Rozsos kenyér, Pritamin paprika | Kakaó főzős , Teavaj, Kalács foszlós 500g | Tej 2dl, Bécsi felvágott, Kenyér, Paradicsom |
| | | Energia: 169,01 Kcal / 706,46 Kj | Energia: 189,10 Kcal / 790,44 Kj | Energia: 179,38 Kcal / 749,81 Kj | Energia: 199,19 Kcal / 832,61 Kj |
| | | Fehérje: 9,47 g; Zsír: 6,28 g; T.Zsírsav: 2,68 g; Szénhidrát: 34,53 g; Cukor: 0,23 g; Só: 1,43 g | Fehérje: 15,24 g; Zsír: 9,17 g; T.Zsírsav: 5,29 g; Szénhidrát: 51,19 g; Cukor: 15,17 g; Só: 0,99 g | Fehérje: 10,96 g; Zsír: 14,69 g; T.Zsírsav: 7,12 g; Szénhidrát: 42,52 g; Cukor: 8,62 g; Só: 0,77 g | Fehérje: 10,10 g; Zsír: 8,85 g; T.Zsírsav: 3,61 g; Szénhidrát: 35,13 g; Cukor: 0,23 g; Só: 1,76 g |
| **Ebéd** | **(00481) Gyermek (4-6 év) A menű** | Zellerkrémleves , Paradicsomos-pulykás penne, Trapista sajt, Banán | Temesvári sertés ragu , Párolt rizsköret , Alma | Fokhagymakrémleves , Rántott halrúd , Burgonya petrezselymes , Nyári saláta | Ivólé , Rakott karfiol pulyk mir 4-6 év |
| | | Energia: 670,82 Kcal / 2 804,03 Kj | Energia: 447,35 Kcal / 1 869,92 Kj | Energia: 471,85 Kcal / 1 972,33 Kj | Energia: 354,69 Kcal / 1 482,60 Kj |
| | | Fehérje: 35,77 g; Zsír: 32,04 g; T.Zsírsav: 11,51 g; Szénhidrát: 66,78 g; Cukor: 0,00 g; Só: 3,06 g | Fehérje: 16,65 g; Zsír: 26,13 g; T.Zsírsav: 7,63 g; Szénhidrát: 45,23 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,01 g | Fehérje: 17,17 g; Zsír: 20,75 g; T.Zsírsav: 2,73 g; Szénhidrát: 67,06 g; Cukor: 0,00 g; Só: 3,62 g | Fehérje: 19,69 g; Zsír: 19,46 g; T.Zsírsav: 5,20 g; Szénhidrát: 38,95 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,22 g |

## Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

| | | hétfő | kedd | csütörtök | péntek |
|---|---|---|---|---|---|
| **Uzsonna** | **(00481) Gyermek (4-6 év) A menű** | Tea gyümölcsös , Padlizsánkrém , Rozsos kenyér | Tea gyümölcsös , Túrókrém kapros, Kenyér | Tea gyümölcsös , Tojáskrém , Rozsos kenyér, Zöldpaprika | Tea gyümölcsös , Natúr Sajtkrém, Rozsos kenyér |
| | | Energia: 164,79 Kcal / 688,82 Kj | Energia: 171,36 Kcal / 716,28 Kj | Energia: 181,32 Kcal / 757,92 Kj | Energia: 141,69 Kcal / 592,26 Kj |
| | | Fehérje: 3,27 g; Zsír: 3,22 g; T.Zsírsav: 0,74 g; Szénhidrát: 30,75 g; Cukor: 5,18 g; Só: 0,89 g | Fehérje: 4,97 g; Zsír: 1,88 g; T.Zsírsav: 1,00 g; Szénhidrát: 31,84 g; Cukor: 5,86 g; Só: 0,82 g | Fehérje: 5,63 g; Zsír: 9,19 g; T.Zsírsav: 1,93 g; Szénhidrát: 30,37 g; Cukor: 5,18 g; Só: 0,84 g | Fehérje: 4,11 g; Zsír: 3,58 g; T.Zsírsav: 1,73 g; Szénhidrát: 30,73 g; Cukor: 5,18 g; Só: 0,96 g |

. . . . . .
Élelmezési
osztályvezető

. . . . . .
Vezető
dietetikus

. . . . . .
Gazdaságvezető