Heti étlap 2024.05.06. - 2024.05.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Tej 2dl, Natúr vajkrém, Rozsos kenyér, Uborka	Tej 2dl, Gépsonkakrém , Burgonyás kenyér, Kaliforniai paprika	Karamell, Margarin, Kifli, Zöldhagyma	Tea gyümölcsös , Pulyka rollsonka, Paradicsom, Rozsos kenyér	Tej 2dl, Szendvicskrém, Rozsos kenyér
		Energia: 120,71 Kcal / 504,57 Kj	Energia: 222,58 Kcal / 930,38 Kj	Energia: 177,56 Kcal / 742,20 Kj	Energia: 168,18 Kcal / 702,99 Kj	Energia: 203,34 Kcal / 849,96 Kj
		Fehérje: 8,38 g; Zsír: 10,80 g; T.Zsírsav: 5,18 g	Fehérje: 8,85 g; Zsír: 11,46 g; T.Zsírsav: 4,59 g	Fehérje: 11,26 g; Zsír: 10,40 g; T.Zsírsav: 3,46 g	Fehérje: 6,13 g; Zsír: 1,11 g; T.Zsírsav: 0,27 g	Fehérje: 7,68 g; Zsír: 8,60 g; T.Zsírsav: 4,49 g
		Szénhidrát: 32,73 g; Cukor: 0,18 g; Só: 0,93 g	Szénhidrát: 33,89 g; Cukor: 0,25 g; Só: 0,86 g	Szénhidrát: 49,55 g; Cukor: 11,13 g; Só: 0,95 g	Szénhidrát: 30,73 g; Cukor: 5,18 g; Só: 1,14 g	Szénhidrát: 31,62 g; Cukor: 0,18 g; Só: 0,91 g
Ebéd	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Sárgaborsó főzelék , Sertés pörkölt , Kenyér, Banán	Rakott burgonya kolbász-tojás , Céklasaláta, Alma	Lecsós sertésszelet , Bulgur köret, Körte	Húsgaluska leves , Túrós metélt	Almaleves friss, Sült csirkecomb filé , Párolt rizsköret , Nyári saláta
		Energia: 562,51 Kcal / 2 351,29 Kj	Energia: 478,98 Kcal / 2 002,14 Kj	Energia: 501,38 Kcal / 2 095,77 Kj	Energia: 395,19 Kcal / 1 651,89 Kj	Energia: 427,29 Kcal / 1 786,07 Kj
		Fehérje: 21,82 g; Zsír: 19,20 g; T.Zsírsav: 5,72 g	Fehérje: 17,62 g; Zsír: 20,78 g; T.Zsírsav: 8,87 g	Fehérje: 18,64 g; Zsír: 26,13 g; T.Zsírsav: 6,97 g	Fehérje: 21,45 g; Zsír: 21,68 g; T.Zsírsav: 7,11 g	Fehérje: 21,18 g; Zsír: 10,98 g; T.Zsírsav: 2,61 g
		Szénhidrát: 74,36 g; Cukor: 0,23 g; Só: 2,37 g	Szénhidrát: 65,88 g; Cukor: 6,99 g; Só: 5,03 g	Szénhidrát: 51,08 g; Cukor: 2,00 g; Só: 1,78 g	Szénhidrát: 35,75 g; Cukor: 1,05 g; Só: 2,31 g	Szénhidrát: 64,81 g; Cukor: 9,99 g; Só: 3,90 g
Uzsonna	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**	Tea gyümölcsös , Trapista sajt, Kenyér, Paradicsom	Tea gyümölcsös , Tonhalas szendvicskrém, Rozsos kenyér, Lilahagyma	Tea gyümölcsös , Főtt tojás , Rozsos kenyér, Hónapos retek	Tea gyümölcsös , Natúr Sajtkrém, Kenyér	Tea gyümölcsös , Májaskrém házi, Kenyér, Zöldpaprika
		Energia: 226,49 Kcal / 946,73 Kj	Energia: 187,73 Kcal / 784,71 Kj	Energia: 208,12 Kcal / 869,94 Kj	Energia: 146,64 Kcal / 612,96 Kj	Energia: 167,04 Kcal / 698,23 Kj
		Fehérje: 7,76 g; Zsír: 6,05 g; T.Zsírsav: 3,67 g	Fehérje: 5,49 g; Zsír: 8,55 g; T.Zsírsav: 0,08 g	Fehérje: 7,97 g; Zsír: 5,32 g; T.Zsírsav: 1,33 g	Fehérje: 3,54 g; Zsír: 3,44 g; T.Zsírsav: 1,73 g	Fehérje: 4,45 g; Zsír: 3,93 g; T.Zsírsav: 1,99 g
		Szénhidrát: 32,39 g; Cukor: 5,23 g; Só: 1,21 g	Szénhidrát: 31,39 g; Cukor: 5,18 g; Só: 0,72 g	Szénhidrát: 29,40 g; Cukor: 5,18 g; Só: 0,86 g	Szénhidrát: 32,70 g; Cukor: 5,23 g; Só: 0,96 g	Szénhidrát: 33,08 g; Cukor: 5,23 g; Só: 1,24 g

Heti étlap 2024.05.06. - 2024.05.10.						
		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	**(00481) Gyermek (4-6 év) A menű**					

. . . . . .
Élelmezési
osztályvezető

. . . . . .
Vezető
dietetikus

. . . . . .
Gazdaságvezető