



Heti étlap 2025.04.14. - 2025.04.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök
Reggeli	(00487) Gyermekek (4-6 év)	Gyümölcstea, Párizsi, Vénusz margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka	Citromos tea, Turókréms.répa +buzakorpa(1,7), Kifli(1)	Gyümölcstea, Húsvéti hidegtál(3,7), Zöldség tál, kézműves kenyér(1)	Tej(7), Méz, Vénusz margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1)
		Energia: 214,85 Kcal / 898,07 KJ	Energia: 79,55 Kcal / 332,52 KJ	Energia: 410,70 Kcal / 1 716,73 KJ	Energia: 300,60 Kcal / 1 256,51 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		7,62 g6,17 g2,03 g	5,71 g2,14 g0,96 g	26,57 g12,24 g3,77 g	11,76 g8,10 g3,69 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Tízórai	(00487) Gyermekek (4-6 év)	Alma, Karalábé, Korpovit keksz	Alma, Banán, Köles golyó	Alma, Mandarin, Puffasztott lencse (3, 1, 7)	Alma, Banán, sós keksz(1, 7)
		Energia: 21,23 Kcal / 88,74 KJ	Energia: 238,07 Kcal / 995,13 KJ	Energia: 45,69 Kcal / 190,98 KJ	Energia: 70,88 Kcal / 296,28 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		2,31 g1,00 g0,20 g	0,85 g18,85 g2,40 g	0,72 g0,54 g0,00 g	0,86 g0,31 g0,02 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	(00487) Gyermekek (4-6 év)	Hamis gulyásleves(3,9,1), Sajtos-tejfölös Tészta(1,7)	Daragaluska leves(3,1), Zöldborsófőzelék(1,7), Főtt virsli	Csontleves(3,9,1), Csirkemell párizsiasan(3,1,7), Burgonyapüré(7), Uborkasaláta	Köménymag leves(9,1), Kruton(9,1), Rakott káposzta(1,7)
		Energia: 495,38 Kcal / 2 070,69 KJ	Energia: 506,84 Kcal / 2 118,59 KJ	Energia: 391,83 Kcal / 1 637,85 KJ	Energia: 543,06 Kcal / 2 269,99 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		16,89 g18,80 g6,31 g	23,45 g21,56 g6,23 g	26,04 g5,25 g1,08 g	20,66 g26,11 g5,97 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Uzsonna	(00487) Gyermekek (4-6 év)	Vajkrém snidlinges(7), kézműves kenyér(1), Retek	Diákcsemege, Vénusz margarin, kézműves kenyér(1), Kaliforniai paprika	Tonhal(4), Citrom, Teljes kiőrlésű kenyér(1)	Trappista sajt (7), Vénusz margarin, Zsemle(1), Zöldpaprika
		Energia: 172,79 Kcal / 722,26 KJ	Energia: 286,68 Kcal / 1 198,32 KJ	Energia: 135,42 Kcal / 566,06 KJ	Energia: 107,79 Kcal / 450,56 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		5,44 g8,50 g4,52 g	8,92 g10,85 g4,31 g	9,70 g1,21 g0,31 g	6,44 g6,80 g3,32 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó





Heti étlap 2025.04.14. - 2025.04.18.

AZ étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

élelmezésvezető

