



Heti étlap 2025.04.21. - 2025.04.25.

		kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00487) Gyermekek (4-6 év)	Gyümölcsstea, Párizsi, Vénusz margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Zöldpaprika	Citromos tea, Melegszendvics(1,7), Ketchup	Tej(7), Méz, Vénusz margarin, kézműves kenyér(1)	Gyümölcsstea, Tonhal(4), Citrom, Teljes kiőrlésű kenyér(1)
		Energia: 217,20 Kcal / 907,90 KJ	Energia: 191,75 Kcal / 801,52 KJ	Energia: 368,79 Kcal / 1 541,54 KJ	Energia: 156,79 Kcal / 655,38 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		7,68 g6,23 g2,03 g	5,80 g4,13 g1,49 g	11,80 g8,10 g4,19 g	9,72 g1,21 g0,31 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Tízórai	(00487) Gyermekek (4-6 év)	Alma, Karalábé, Korpovit keksz	Alma, Mandarin, sós keksz(1, 7)	Alma, Narancs, Puffasztott lencse(3, 1, 7)	Alma, Sárgarépa, Köles golyó
		Energia: 21,23 Kcal / 88,74 KJ	Energia: 41,84 Kcal / 174,89 KJ	Energia: 42,96 Kcal / 179,57 KJ	Energia: 205,70 Kcal / 859,83 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		2,31 g1,00 g0,20 g	0,56 g0,41 g0,02 g	0,67 g0,49 g0,00 g	0,80 g18,90 g2,42 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	(00487) Gyermekek (4-6 év)	Gyöngybab leves(3,9,1), Túrós tészta(1,7)	Lucskos káposzta(9,1,7), Gyümölcslé 100%-os	Húsleves(3,9,1), Főtt hús(9), Vadas (10,9,1,7), Tészta köret (3,1)	Csirke raguleves(3,9,1), Piskóta kocka(3,1), Csoki öntet(7)
		Energia: 554,30 Kcal / 2 316,97 KJ	Energia: 288,88 Kcal / 1 207,52 KJ	Energia: 574,85 Kcal / 2 402,87 KJ	Energia: 528,82 Kcal / 2 210,47 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		27,05 g15,02 g5,26 g	14,53 g9,95 g4,02 g	33,39 g19,30 g5,49 g	26,16 g10,91 g3,89 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Uzsonna	(00487) Gyermekek (4-6 év)	Vajkrém snidlinges(7), Kifli(1), Jég saláta	Sült zöldségkrém(10,3,9), Teljes kiőrlésű kenyér(1), Retek	Csabai száraz kolbász, Vénusz margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Uborka	Óvári sajt(7), Vaj, Zsemle(1), Kaliforniai paprika
		Energia: 50,38 Kcal / 210,59 KJ	Energia: 264,68 Kcal / 1 106,36 KJ	Energia: 245,13 Kcal / 1 024,64 KJ	Energia: 150,20 Kcal / 627,84 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		3,22 g8,50 g3,89 g	5,75 g13,44 g2,31 g	9,38 g10,93 g3,57 g	3,99 g11,46 g6,03 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó





Heti étlap 2025.04.21. - 2025.04.25.

AZ étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

élelmezésvezető

