

Heti étlap 2025.06.30. - 2025.07.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00499) Bölcsőde 1-3 éves korosztály	Gyümölcsstea, Párizsi(1,6,7,10), Vénusz margarin(7), Teljes kiőrlésű kenyér[1], Retek	Tej[7], Sárgabarack lekvár(12), Vénusz margarin(7), Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Gyümölcsstea, Májpástétom (1,6,7,10), Teljes kiőrlésű kenyér[1], Uborka	Gyümölcsstea, Melegszendvics[1,7], Ketchup(1)	Karamell [7], puffancs, Vaj
		Energia: 211,50 Kcal / 884,07 KJ	Energia: 319,11 Kcal / 1 333,88 KJ	Energia: 235,23 Kcal / 983,26 KJ	Energia: 199,99 Kcal / 835,96 KJ	Energia: 415,01 Kcal / 1 734,74 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		7,37 g6,15 g2,03 g	12,78 g8,12 g3,69 g	7,02 g8,57 g2,84 g	5,97 g4,14 g1,49 g	12,79 g15,42 g5,66 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Tízórai	(00499) Bölcsőde 1-3 éves korosztály	Alma, Karalábé, Korpovit keksz	Alma, Banán, sós keksz[1,7, (3,5,6,12)]	Alma, Mandarin, Köles golyó	Alma, Sárgabarack, Sajtós zabpelyhes pogácsa[1,3,7]	Alma, Görögdinnye, Puffasztott lencse[1,3,7,(8,11)]
		Energia: 21,23 Kcal / 88,74 KJ	Energia: 72,41 Kcal / 302,67 KJ	Energia: 209,03 Kcal / 873,75 KJ	Energia: 52,85 Kcal / 220,91 KJ	Energia: 37,81 Kcal / 158,05 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		2,31 g1,00 g0,20 g	0,88 g0,39 g0,06 g	0,55 g18,95 g2,40 g	1,22 g0,84 g0,24 g	0,62 g0,49 g0,00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	(00499) Bölcsőde 1-3 éves korosztály	Finomfőzelék[1,7], Sült csirkecomb, Almalé 100%-os	Paradicsomos burgonyafőzelék*[1], Sült hús*(7), Gyümölcslé 100%-os	Almamártás, Húsgombóc[3], Kuszkus*, Ásványvíz	Parajfőzelék[1,7], Tojáslepeny*[1,3], Smoothie	Mézes mustáros csirkemell[10,(12)], Burgonyapüré[7], Almakompót, Ásványvíz
		Energia: 430,52 Kcal / 1 799,57 KJ	Energia: 439,10 Kcal / 1 835,44 KJ	Energia: 130,54 Kcal / 545,66 KJ	Energia: 263,24 Kcal / 1 100,34 KJ	Energia: 289,05 Kcal / 1 208,23 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		35,40 g12,85 g3,71 g	18,26 g12,12 g3,56 g	9,77 g3,79 g1,21 g	9,87 g12,98 g2,33 g	19,87 g2,46 g0,54 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Uzsonna	(00499) Bölcsőde 1-3 éves korosztály	Vajkrém snidlinges[7], kézmíves kenyér[1], Paradicsom	Füstölt sajt[7,(1)], Vénusz margarin (7), Kifli[1], Zöldpaprika	Kakaós tekercs[1,3,7], Limonádé	Tonhal[4], Teljes kiőrlésű kenyér[1], Citrom	Kockasajt[7,(1)], Vénusz margarin (7), Zsemle[1], Kaliforniai paprika
		Energia: 183,30 Kcal / 766,19 KJ	Energia: 121,49 Kcal / 507,83 KJ	Energia: 484,38 Kcal / 2 024,71 KJ	Energia: 135,42 Kcal / 566,06 KJ	Energia: 52,67 Kcal / 220,16 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		5,90 g8,60 g4,54 g	2,34 g9,90 g5,10 g	13,88 g14,58 g4,39 g	9,70 g1,21 g0,31 g	1,21 g2,30 g0,59 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó

AZ étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

élelmezésvezető

