

Heti étlap 2025.07.14. - 2025.07.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00499) Bölcsőde 1-3 éves korosztály	Gyümölcsstea, Gépsonka(1,6,7), Vénusz margarin(7), Teljes kiőrlésű kenyér[1], Paradicsom	Tej[7], Sárgabarack lekvár(12), Vénusz margarin(7), Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Citromos tea, Főtt virsli (1,6,7,10), Ketchup(1), kézműves kenyér[1]	Gyümölcsstea, Tonhal[4], Citromlé, Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Kakaó[7,(1)], Kalács, Vaj
		Energia: 206,03 Kcal / 861,21 KJ	Energia: 319,11 Kcal / 1 333,88 KJ	Energia: 347,98 Kcal / 1 454,56 KJ	Energia: 155,55 Kcal / 650,20 KJ	Energia: 189,41 Kcal / 791,73 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		9,75 g3,98 g1,15 g	12,78 g8,12 g3,69 g	12,85 g12,61 g5,25 g	9,68 g1,10 g0,31 g	5,47 g11,99 g5,76 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Tízórai	(00499) Bölcsőde 1-3 éves korosztály	Alma, Karalábé, Korpovit keksz	Alma, Görögdinnye, sós keksz[1,7, (3,5,6,12)]	Alma, Sárgadinnye, Köles golyó	Alma, Őszibarack, Sajtós zabpelyhes pogácsa[1,3,7]	Alma, Sárgabarack, Puffasztott lencse[1,3,7,(8,11)]
		Energia: 21,23 Kcal / 88,74 KJ	Energia: 33,96 Kcal / 141,95 KJ	Energia: 205,82 Kcal / 860,33 KJ	Energia: 334,56 Kcal / 1 398,46 KJ	Energia: 42,82 Kcal / 178,99 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		2,31 g1,00 g0,20 g	0,46 g0,36 g0,02 g	0,35 g18,85 g2,40 g	13,99 g12,42 g4,76 g	0,72 g0,44 g0,00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	(00499) Bölcsőde 1-3 éves korosztály	Főtt hús*[9,(1)], Meggymártás*[1,7, (6,8,12)], Kuskusz*, Ásványvíz	Lucskos káposzta*[1,7,9], Almalé 100%-os	Zöldborsófőzelék [1,7], Natúr sertésszelet[1], Gyümölcslé 100%-os	Tejfölös burgonyafőzelék[1,7], Natúr csirkemell*[1], Smoothie	Húsgombóc paradicsommártásban [1,3,9], Főtt burgonya , Almakompót
		Energia: 256,08 Kcal / 1 070,41 KJ	Energia: 308,60 Kcal / 1 289,95 KJ	Energia: 748,15 Kcal / 3 127,27 KJ	Energia: 378,69 Kcal / 1 582,92 KJ	Energia: 581,91 Kcal / 2 432,38 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		14,07 g7,60 g3,06 g	14,97 g9,22 g3,74 g	32,05 g31,99 g8,09 g	21,98 g8,50 g1,81 g	23,66 g12,22 g2,54 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Uzsonna	(00499) Bölcsőde 1-3 éves korosztály	Vajkrém snidlinges[7], kézműves kenyér[1], Kaliforniai paprika	Sajtós rúd[1,7], Limonádé	Sajtkrém [7,(1)], Teljes kiőrlésű kenyér[1], Jég saláta	Májpástétom(1,6,7,10), kézműves kenyér[1], Zöldpaprika	Trappista sajt [7,(1)], Vénusz margarin(7), Zsemle[1], Zöldpaprika
		Energia: 181,61 Kcal / 759,13 KJ	Energia: 379,08 Kcal / 1 584,55 KJ	Energia: 288,89 Kcal / 1 207,56 KJ	Energia: 253,81 Kcal / 1 060,93 KJ	Energia: 138,77 Kcal / 580,06 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		5,70 g8,59 g4,53 g	5,84 g21,27 g2,56 g	17,08 g10,58 g5,23 g	7,11 g8,67 g3,34 g	9,04 g9,10 g4,72 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó

AZ étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

élelmezésvezető

