

Heti étlap 2017.01.16. - 2017.01.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00499) Óvoda XI.	Karamell , Margarin, Korpás zsemle	Forralt tej, Baromfipárizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcs tea, Kockasajt, Paprika, Zsemle	Forralt tej, Sajtos stangli	Gyümölcs tea, Zöldhagymás szendvicsskrém, Paradicsom, Teljes kiőrlésű kenyér
		Energia: 324,50 Kcal / 1 356,41 KJ	Energia: 286,03 Kcal / 1 195,61 KJ	Energia: 242,59 Kcal / 1 014,03 KJ	Energia: 220,90 Kcal / 923,36 KJ	Energia: 240,77 Kcal / 1 006,42 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		10,69 g 4,93 g 1,98 g	14,59 g 8,61 g 3,04 g	9,32 g 6,71 g 3,72 g	12,27 g 5,60 g 3,12 g	5,94 g 8,58 g 3,88 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
59,26 g 19,98 g 1,18 g	37,54 g 0,00 g 1,29 g	35,93 g 5,99 g 1,18 g	30,45 g 0,00 g 0,27 g	34,65 g 5,99 g 0,55 g		
Ebéd	(00499) Óvoda XI.	Sertésraguleves, Metélt tészta, Mákszórás, Mandarin , Ásványvíz	Csontleves, Főtt hús , Gyümölcsmártás, Főtt burgonya fél, Alma, Ásványvíz, Cérnametélt	Lebbencsleves , Pulyka aprópecsenye , Zöldborsófőzelék , Kiwi, Félbarna kenyér, Ásványvíz	Minestra leves , Rántott halrudacska , Párolt rizs, Fokhagymás joghurt öntet , Ásványvíz	Burgonyaleves , Szezámós pulykavagdalt , Tökfőzelék tejfölös, Mandarin , Ásványvíz, Félbarna kenyér
		Energia: 749,05 Kcal / 3 131,03 KJ	Energia: 492,60 Kcal / 2 059,07 KJ	Energia: 578,34 Kcal / 2 417,46 KJ	Energia: 752,96 Kcal / 3 147,37 KJ	Energia: 847,92 Kcal / 3 544,31 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		25,77 g 26,79 g 6,35 g	23,51 g 13,35 g 3,46 g	28,69 g 18,34 g 4,02 g	24,56 g 32,09 g 5,40 g	30,69 g 35,92 g 5,33 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
100,35 g 14,99 g 1,75 g	67,71 g 10,49 g 1,87 g	71,59 g 6,46 g 2,44 g	89,12 g 0,10 g 1,32 g	97,73 g 5,72 g 3,04 g		



Heti étlap 2017.01.16. - 2017.01.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00499) Óvoda XI.	Trappista sajt, Margarin, Kígyóuborka, Teljes kiőrlésű kenyér	Magyaros vajkrém, Jégcsap retek, Félbarna kenyér	Cukkinis túrókrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Hideg tej	Csirkemájkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Lilahagyma	Hideg tej, Túrós batyu
		Energia: 266,52 Kcal / 1 114,05 KJ	Energia: 199,25 Kcal / 832,87 KJ	Energia: 276,93 Kcal / 1 157,57 KJ	Energia: 165,62 Kcal / 692,29 KJ	Energia: 371,77 Kcal / 1 554,00 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		13,66 g 10,96 g 5,96 g	5,76 g 7,93 g 0,05 g	14,37 g 7,22 g 3,64 g	8,46 g 1,09 g 0,22 g	15,40 g 5,60 g 3,04 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
27,99 g 0,00 g 1,39 g	25,65 g 0,90 g 0,82 g	38,28 g 0,00 g 0,80 g	30,25 g 0,00 g 0,78 g	51,90 g 0,00 g 0,23 g		

Elérhetőség: 433-43-05
 Fax: 433-43-06

Üzletvezető: Kurdi Jánosné

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk ”