

Heti étlap 2017.09.18. - 2017.09.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00499) Óvoda XI.	Hideg tej, Diós búrkifli	Karamell , Croissant magos	Citromos tea, Trappista sajt, Margarin, Paradicsom, Zsemle	Forralt tej, Fonottka	Gyümölcs tea, Gépsonka, Margarin, Kígyóuborka, Teljes kiőrlésű kenyér
		Energia: 340,67 Kcal / 1 424,00 KJ	Energia: 350,79 Kcal / 1 466,30 KJ	Energia: 337,45 Kcal / 1 410,54 KJ	Energia: 253,70 Kcal / 1 060,47 KJ	Energia: 256,54 Kcal / 1 072,34 KJ
		Fehérje 10,45 g Zsír 17,60 g T.Zsír 3,04 g	Fehérje 9,71 g Zsír 11,80 g T.Zsír 1,38 g	Fehérje 13,41 g Zsír 15,86 g T.Zsír 7,27 g	Fehérje 11,32 g Zsír 7,21 g T.Zsír 3,36 g	Fehérje 9,97 g Zsír 8,97 g T.Zsír 2,39 g
		Szénhidrát 33,20 g Cukor 0,00 g Só 0,23 g	Szénhidrát 50,78 g Cukor 19,98 g Só 0,23 g	Szénhidrát 34,74 g Cukor 4,51 g Só 0,94 g	Szénhidrát 35,94 g Cukor 2,80 g Só 0,27 g	Szénhidrát 33,66 g Cukor 5,99 g Só 0,88 g
Ebéd	(00499) Óvoda XI.	Májgaluska leves , Főtt tojás, Sós kamártás , Burgonya főtt, Alma, Ásványvíz	Paradicsom leves, Rántott hal, Zöldséges rizs , Kovászos uborka, Ásványvíz	Frankfurti leves , Főtt tészta, Tehéntúró, Tejföl, Szőlő, Ásványvíz	Zöldségkrémleves , Levesgyöngy, Sertéspörkölt , Párolt rizs, Mongol saláta, Ásványvíz	Burgonyaleves , Párolt csirkemell , Finomfőzelék, Alma, Ásványvíz
		Energia: 436,40 Kcal / 1 824,15 KJ	Energia: 579,68 Kcal / 2 423,06 KJ	Energia: 685,74 Kcal / 2 866,39 KJ	Energia: 680,26 Kcal / 2 843,49 KJ	Energia: 368,63 Kcal / 1 540,87 KJ
		Fehérje 17,76 g Zsír 15,53 g T.Zsír 3,34 g	Fehérje 16,31 g Zsír 9,46 g T.Zsír 1,08 g	Fehérje 27,00 g Zsír 23,23 g T.Zsír 8,02 g	Fehérje 20,89 g Zsír 29,90 g T.Zsír 7,84 g	Fehérje 24,64 g Zsír 8,46 g T.Zsír 1,23 g
		Szénhidrát 55,14 g Cukor 7,99 g Só 2,23 g	Szénhidrát 106,33 g Cukor 5,99 g Só 13,14 g	Szénhidrát 90,29 g Cukor 0,00 g Só 1,78 g	Szénhidrát 80,58 g Cukor 3,88 g Só 1,50 g	Szénhidrát 47,24 g Cukor 3,00 g Só 1,52 g

Heti étlap 2017.09.18. - 2017.09.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00499) Óvoda XI.	Zala felvágott, Vaj, Paprika, Teljes kiőrlésű kenyér	Körözött, Jégcsap retek, Teljes kiőrlésű kenyér	Szamócalekvár, Vaj, Teljes kiőrlésű kenyér	Csicseriborsó szendvicskrém, Paprika, Teljes kiőrlésű kenyér	Kefir, Kifli
		Energia: 236,32 Kcal / 987,82 KJ	Energia: 169,00 Kcal / 706,42 KJ	Energia: 223,71 Kcal / 935,11 KJ	Energia: 210,39 Kcal / 879,43 KJ	Energia: 200,91 Kcal / 839,80 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		8,54 g 9,69 g 4,84 g	8,09 g 2,21 g 0,88 g	5,12 g 7,50 g 3,38 g	6,07 g 7,80 g 3,48 g	8,00 g 3,85 g 0,05 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
28,43 g 0,00 g 1,05 g	28,94 g 0,00 g 0,79 g	33,43 g 5,43 g 0,55 g	28,70 g 0,00 g 0,75 g	33,50 g 0,00 g 0,00 g		

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

Kurdi Jánosné
 Üzletvezető

”Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”