

Heti étlap 2018.03.12. - 2018.03.16.

		hétfő	kedd	szerda																																																
Tízórai	(00499) Óvoda XI.	Forralt tej, Croissant magos	Tejeskávét, Foslós kalács, Margarin	Gyümölcs tea, Tojáskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Kígyóuborka																																																
		Energia: 283,44 Kcal / 1 184,78 KJ	Energia: 330,34 Kcal / 1 380,82 KJ	Energia: 206,70 Kcal / 864,01 KJ																																																
		<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Sav</td> </tr> <tr> <td>10,70 g</td> <td>12,25 g</td> <td>1,63 g</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td></td> </tr> <tr> <td>32,30 g</td> <td>0,00 g</td> <td>0,67 g</td> <td></td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Sav	10,70 g	12,25 g	1,63 g		Szénhidrát	Cukor	Só		32,30 g	0,00 g	0,67 g		<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Sav</td> </tr> <tr> <td>10,35 g</td> <td>10,70 g</td> <td>3,29 g</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td></td> </tr> <tr> <td>47,28 g</td> <td>10,99 g</td> <td>0,33 g</td> <td></td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Sav	10,35 g	10,70 g	3,29 g		Szénhidrát	Cukor	Só		47,28 g	10,99 g	0,33 g		<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Sav</td> </tr> <tr> <td>7,66 g</td> <td>4,16 g</td> <td>0,63 g</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td></td> </tr> <tr> <td>34,31 g</td> <td>5,01 g</td> <td>0,63 g</td> <td></td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Sav	7,66 g	4,16 g	0,63 g		Szénhidrát	Cukor	Só		34,31 g	5,01 g	0,63 g	
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Sav																																															
10,70 g	12,25 g	1,63 g																																																		
Szénhidrát	Cukor	Só																																																		
32,30 g	0,00 g	0,67 g																																																		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Sav																																																	
10,35 g	10,70 g	3,29 g																																																		
Szénhidrát	Cukor	Só																																																		
47,28 g	10,99 g	0,33 g																																																		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Sav																																																	
7,66 g	4,16 g	0,63 g																																																		
Szénhidrát	Cukor	Só																																																		
34,31 g	5,01 g	0,63 g																																																		
Ebéd	(00499) Óvoda XI.	Kaszásleves pulykahúsból, Tejberizs, Kakaósíz, Ásványvíz, Alma	Lebbencsleves, Tököfélék, Szezám sertés vágott, Müzliszelet, gyümölcsös, Ásványvíz	Zöldborsó krémleves, Levesgyöngy, Panírozott tőkehal, Petrezselymes burgonya, Ecetes cékla, Ásványvíz																																																
		Energia: 627,94 Kcal / 2 624,79 KJ	Energia: 662,40 Kcal / 2 768,83 KJ	Energia: 867,94 Kcal / 3 627,99 KJ																																																
		<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Sav</td> </tr> <tr> <td>22,35 g</td> <td>12,27 g</td> <td>3,96 g</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td></td> </tr> <tr> <td>105,87 g</td> <td>30,97 g</td> <td>1,32 g</td> <td></td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Sav	22,35 g	12,27 g	3,96 g		Szénhidrát	Cukor	Só		105,87 g	30,97 g	1,32 g		<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Sav</td> </tr> <tr> <td>20,42 g</td> <td>29,54 g</td> <td>6,53 g</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td></td> </tr> <tr> <td>76,97 g</td> <td>11,99 g</td> <td>6,06 g</td> <td></td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Sav	20,42 g	29,54 g	6,53 g		Szénhidrát	Cukor	Só		76,97 g	11,99 g	6,06 g		<table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Sav</td> </tr> <tr> <td>24,54 g</td> <td>45,37 g</td> <td>4,98 g</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td></td> </tr> <tr> <td>88,03 g</td> <td>6,00 g</td> <td>1,77 g</td> <td></td> </tr> </table>	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Sav	24,54 g	45,37 g	4,98 g		Szénhidrát	Cukor	Só		88,03 g	6,00 g	1,77 g	
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Sav																																															
22,35 g	12,27 g	3,96 g																																																		
Szénhidrát	Cukor	Só																																																		
105,87 g	30,97 g	1,32 g																																																		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Sav																																																	
20,42 g	29,54 g	6,53 g																																																		
Szénhidrát	Cukor	Só																																																		
76,97 g	11,99 g	6,06 g																																																		
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Sav																																																	
24,54 g	45,37 g	4,98 g																																																		
Szénhidrát	Cukor	Só																																																		
88,03 g	6,00 g	1,77 g																																																		



Heti étlap 2018.03.12. - 2018.03.16.

		hétfő			kedd			szerda		
Uzsonna	(00499) Óvoda XI.	Edami sajt, Margarin, Zsemle, teljes kiőrlésű, Paprika			Pizzasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Lilahagyma			Gyümölcsjoghurt, Kifli		
		Energia: 332,04 Kcal / 1 387,93 KJ			Energia: 235,15 Kcal / 982,93 KJ			Energia: 219,65 Kcal / 918,14 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		13,80 g	16,29 g	7,34 g	8,47 g	8,79 g	2,36 g	7,50 g	3,25 g	1,56 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		32,17 g	0,00 g	1,24 g	30,23 g	0,00 g	1,26 g	39,73 g	6,50 g	0,25 g

Elérhetőség: 433-43-05
Fax: 433-43-06

Faragóné Medveczki Anett
Üzletvezető

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”