

Heti étlap 2018.03.19. - 2018.03.23.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00499) Óvoda XI.	Forralt tej, Baromfipárizsi, Margarin, Kukoricás kenyér, Paprika	Kakaó, Margarin, Kifli	Gyümölcs tea, Kockasajt, Sárgarépa, Burgonyás kenyér	Forralt tej, Sajtos stangli	Citromos tea, Karottás túrókrém, Zsemle, teljes kiőrlésű
		Energia: 333,34 Kcal / 1 393,36 KJ	Energia: 297,02 Kcal / 1 241,54 KJ	Energia: 196,96 Kcal / 823,29 KJ	Energia: 220,90 Kcal / 923,36 KJ	Energia: 191,13 Kcal / 798,92 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav
		14,82 g 13,70 g 4,34 g	10,70 g 10,33 g 3,54 g	6,39 g 3,78 g 1,01 g	12,27 g 5,60 g 3,12 g	7,71 g 1,52 g 0,60 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
37,63 g 0,00 g 1,57 g	40,25 g 3,00 g 0,33 g	33,30 g 5,01 g 0,55 g	30,45 g 0,00 g 0,27 g	36,28 g 4,51 g 0,68 g		
Ebéd	(00499) Óvoda XI.	Tárkonyos csirkeraguleves, Darásmetélt, Sárgabaracklekvár, Porcukor, Alma, Ásványvíz	Daragaluska leves, Zöldbabfőzelék, Sertés aprópecsenye, Piskótarolád, Ásványvíz	Paradicsomleves, Szezámagos rántott csirkemell, Zöldséges rizs, Csemege uborka, Ásványvíz	Karfiolkrémleves, Levesgyöngy, Húsgombóc pulykahúsból, Sós kamartás, Főtt burgonya, Kiwi, Ásványvíz	Rizsleves, Sárgaborsó főzelék, Sertéspörkölt, Félbarna kenyér, Mandarin, Ásványvíz
		Energia: 696,35 Kcal / 2 910,74 KJ	Energia: 701,86 Kcal / 2 933,77 KJ	Energia: 696,88 Kcal / 2 912,96 KJ	Energia: 567,45 Kcal / 2 371,94 KJ	Energia: 631,72 Kcal / 2 640,59 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav
		23,96 g 11,54 g 1,94 g	24,03 g 27,10 g 7,34 g	25,86 g 23,65 g 2,33 g	24,48 g 18,14 g 5,06 g	32,22 g 21,85 g 6,11 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
123,08 g 30,84 g 2,41 g	86,92 g 3,00 g 2,15 g	93,95 g 6,23 g 2,88 g	73,73 g 7,99 g 2,80 g	74,47 g 0,36 g 2,09 g		



Heti étlap 2018.03.19. - 2018.03.23.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00499) Óvoda XI.	Magyaros vajkrém, Zsemle, teljes kiőrlésű	Szardiniakrém, Kígyóuborka, Teljes kiőrlésű kenyér	Hideg rizstej, Főtt tojás, Vaj, Zsemle, teljes kiőrlésű	Diákcsemege, Margarin, Jégcsapretek, Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcsjoghurt, Kifli
		Energia: 230,13 Kcal / 961,94 KJ	Energia: 191,52 Kcal / 800,55 KJ	Energia: 397,71 Kcal / 1 662,43 KJ	Energia: 289,71 Kcal / 1 210,99 KJ	Energia: 203,26 Kcal / 849,63 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		5,87 g 8,22 g 3,66 g	8,32 g 5,06 g 0,56 g	11,01 g 14,98 g 4,73 g	8,93 g 15,73 g 5,05 g	6,94 g 3,21 g 1,56 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
32,89 g 0,00 g 0,67 g	28,07 g 0,00 g 0,74 g	55,05 g 9,70 g 0,71 g	27,76 g 0,00 g 1,69 g	36,31 g 6,50 g 0,25 g		

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

Üzletvezető: Kurdi Jánosné

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”