

## Heti étlap 2018.01.08. - 2018.01.12.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Tízórai</b>	<b>(00499) Óvoda XI.</b>	Forralt tej, Szendvicsskrém, Teljes kiőrlésű kenyér	Tejeskávé, Croissant magos	Gyümölcs tea, Zala felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér	Forralt tej, Vaj, Zsemle magos	Mézes-citromos tea, Padlizsánkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Jégcsapretek
		Energia: 301,74 Kcal / 1 261,27 KJ	Energia: 315,53 Kcal / 1 318,92 KJ	Energia: 251,62 Kcal / 1 051,77 KJ	Energia: 292,58 Kcal / 1 222,98 KJ	Energia: 206,70 Kcal / 864,01 KJ
		Fehérje 12,15 g Zsír 11,50 g T.Zsír 5,50 g	Fehérje 9,73 g Zsír 11,80 g T.Zsír 1,39 g	Fehérje 8,25 g Zsír 9,62 g T.Zsír 3,36 g	Fehérje 11,33 g Zsír 10,35 g T.Zsír 5,01 g	Fehérje 6,36 g Zsír 3,41 g T.Zsír 1,42 g
		Szénhidrát 37,40 g Cukor 0,00 g Só 0,82 g	Szénhidrát 41,99 g Cukor 10,99 g Só 0,23 g	Szénhidrát 32,56 g Cukor 5,01 g Só 1,15 g	Szénhidrát 38,53 g Cukor 0,00 g Só 1,06 g	Szénhidrát 37,28 g Cukor 7,81 g Só 0,96 g
<b>Ebéd</b>	<b>(00499) Óvoda XI.</b>	Gulyásleves sertéshúsból, Piskótakocka, Csokiöntet, Alma, Ásványvíz	Magyaros gombaleves, Főtt tojás, Sóska mártás, Főtt burgonya, Körte, Ásványvíz	Karalábéleves magyaros, Pásztor tarhonya, Vegyes vágott savanyúság, Kiwi, Ásványvíz	Zöldséges rizsleves, Párolt csirkemell, Fejtett babfőzelék, Mandarin, Ásványvíz, Félbarna kenyér	Meggyleves, Csikós pulykatokány 0,12, Párolt rizs, Mongol saláta, Ásványvíz
		Energia: 619,69 Kcal / 2 590,30 KJ	Energia: 549,48 Kcal / 2 296,83 KJ	Energia: 668,90 Kcal / 2 796,00 KJ	Energia: 797,83 Kcal / 3 334,93 KJ	Energia: 699,60 Kcal / 2 924,33 KJ
		Fehérje 15,63 g Zsír 21,06 g T.Zsír 3,34 g	Fehérje 16,77 g Zsír 14,16 g T.Zsír 2,95 g	Fehérje 23,05 g Zsír 21,40 g T.Zsír 4,69 g	Fehérje 50,26 g Zsír 12,22 g T.Zsír 2,21 g	Fehérje 25,48 g Zsír 25,65 g T.Zsír 7,01 g
		Szénhidrát 88,20 g Cukor 8,49 g Só 1,43 g	Szénhidrát 86,92 g Cukor 7,99 g Só 1,75 g	Szénhidrát 92,99 g Cukor 0,00 g Só 2,57 g	Szénhidrát 116,94 g Cukor 4,80 g Só 2,25 g	Szénhidrát 88,46 g Cukor 11,18 g Só 2,65 g



## Heti étlap 2018.01.08. - 2018.01.12.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Uzsonna</b>	<b>(00499) Óvoda XI.</b>	Pizzasonka, Margarin, Zsemle, Savanyú káposzta	Szardiniakrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Lilahagyma	Hideg tej, Kőrözött, Kukoricás kenyér, Kígyóuborka	Húskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom	Hideg tej, Mackósajt, Kifli
		Energia: 236,62 Kcal / 989,07 KJ	Energia: 199,86 Kcal / 835,41 KJ	Energia: 284,71 Kcal / 1 190,09 KJ	Energia: 175,98 Kcal / 735,60 KJ	Energia: 332,48 Kcal / 1 389,77 KJ
		Fehérje 8,31 g Zsír 8,71 g T.Zsírsv 1,90 g	Fehérje 8,38 g Zsír 5,06 g T.Zsírsv 0,56 g	Fehérje 14,68 g Zsír 7,81 g T.Zsírsv 3,92 g	Fehérje 6,50 g Zsír 3,62 g T.Zsírsv 0,59 g	Fehérje 15,68 g Zsír 12,20 g T.Zsírsv 6,76 g
		Szénhidrát 30,94 g Cukor 0,00 g Só 1,72 g	Szénhidrát 30,05 g Cukor 0,00 g Só 0,74 g	Szénhidrát 38,54 g Cukor 0,00 g Só 1,44 g	Szénhidrát 29,17 g Cukor 0,00 g Só 0,61 g	Szénhidrát 39,60 g Cukor 0,00 g Só 0,93 g

Elérhet ség: 433-43-05  
 Fax: 433-43-06

Üzletvezet Kurdi Jánosné

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”