

## Heti étlap 2018.01.15. - 2018.01.19.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Tízórai</b>	<b>(00499) Óvoda XI.</b>	Karamell , Margarin, Korpás zsemle	Forralt tej, Baromfipárizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcs tea, Mackósajt, Zsemle szezámmagos	Forralt tej, Sajtos stangli	Gyümölcs tea, Zöldhagymás szendvicsskrém , Teljes kiőrlésű kenyér , Rágórépa
		Energia: 359,02 Kcal / 1 500,70 KJ	Energia: 331,48 Kcal / 1 385,59 KJ	Energia: 233,09 Kcal / 974,32 KJ	Energia: 220,90 Kcal / 923,36 KJ	Energia: 217,88 Kcal / 910,74 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		10,33 g 9,90 g 3,28 g	14,61 g 13,61 g 4,34 g	8,96 g 6,62 g 3,72 g	12,27 g 5,60 g 3,12 g	6,67 g 5,34 g 0,01 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
57,02 g 19,98 g 1,08 g	37,58 g 0,00 g 1,12 g	34,02 g 5,01 g 1,49 g	30,45 g 0,00 g 0,27 g	35,55 g 5,01 g 0,86 g		
<b>Ebéd</b>	<b>(00499) Óvoda XI.</b>	Sertésraguleves, Főtt tészta, Mákszórás, Mandarin , Ásványvíz	Csontleves, Főtt csirkemell, Gyümölcsmártás, Főtt burgonya, Alma, Ásványvíz	Lebbencsleves , Pulyka aprópecsenye , Zöldborsófőzelék , Kiwi, Ásványvíz	Zöldségleves , Paradicsomos halragu , Párolt rizs, Ásványvíz	Burgonyaleves , Szezámós szárnyas vagdalt , Tököfőzelék , Mandarin , Ásványvíz
		Energia: 695,63 Kcal / 2 907,73 KJ	Energia: 432,98 Kcal / 1 809,86 KJ	Energia: 501,63 Kcal / 2 096,81 KJ	Energia: 516,88 Kcal / 2 160,56 KJ	Energia: 737,49 Kcal / 3 082,71 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		26,14 g 26,04 g 6,50 g	25,86 g 9,39 g 2,13 g	28,20 g 16,00 g 3,64 g	16,09 g 16,86 g 2,45 g	26,36 g 32,87 g 4,59 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
88,24 g 9,99 g 1,47 g	59,75 g 10,49 g 2,28 g	58,36 g 5,00 g 1,41 g	74,17 g 3,00 g 2,93 g	82,03 g 7,99 g 6,08 g		



## Heti étlap 2018.01.15. - 2018.01.19.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Uzsonna</b>	<b>(00499) Óvoda XI.</b>	Trappista sajt, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Kígyóuborka	Magyaros vajkrém, Félbarna kenyér, Jégcsapretek	Hideg tej, Cukkinis túrókrém, Teljes kiőrlésű kenyér	Csirkemájkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Savanyú káposzta	Hideg tej, Túrós batyu
		Energia: 311,97 Kcal / 1 304,03 KJ	Energia: 199,25 Kcal / 832,87 KJ	Energia: 283,19 Kcal / 1 183,73 KJ	Energia: 163,70 Kcal / 684,27 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
		13,68 g 15,96 g 7,26 g	5,76 g 7,93 g 0,05 g	15,12 g 7,51 g 3,80 g	8,65 g 1,16 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
28,03 g 0,00 g 1,02 g	25,65 g 0,90 g 0,82 g	38,45 g 0,00 g 0,79 g	29,46 g 0,00 g 1,21 g	51,90 g 0,00 g 0,23 g		

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

Üzletvezet Kurdi Jánosné

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”