











Heti étlap 2018.09.17. - 2018.09.21.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00499) Óvoda XI.	Citromos tea, Vajkrém, , Kukoricás kenyér	Hideg tej, Margarin, Kifli	Citromos tea, Sajtkrém, Zsemle, Paprika	Kakaó, Margarin, Kalács	Gyümölcs tea, Kenőmájas, Teljes kiőrlésű kenyér , Lilahagyma
		Energia: 246,54 Kcal / 1 030,54 KJ	Energia: 320,71 Kcal / 1 340,57 KJ	Energia: 259,40 Kcal / 1 084,29 KJ	Energia: 375,41 Kcal / 1 569,21 KJ	Energia: 215,33 Kcal / 900,08 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		5,48 g 8,52 g 3,87 g	11,52 g 12,95 g 4,94 g	6,24 g 8,16 g 4,58 g	12,89 g 15,69 g 5,94 g	7,97 g 4,81 g 1,70 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00499) Óvoda XI.	Gulyásleves sertéshúsból, Darásmetélt, Sárgabaracklekvár, Alma, Ásványvíz	Tojásleves , Zöldséges vagdalt , Sárgaborsó főzelék, Szőlő, Ásványvíz	Meggye leves , Tarhonyáshús , Káposztasaláta, Ásványvíz	Daragaluska leves , Halrudacska, Párolt rizs, Joghurtos öntet , Ásványvíz	Lebbencsleves , Natúr sertéskaraj, Kukorica főzelék , Nektarin, Ásványvíz
		Energia: 565,99 Kcal / 2 365,84 KJ	Energia: 515,94 Kcal / 2 156,63 KJ	Energia: 558,58 Kcal / 2 334,86 KJ	Energia: 658,23 Kcal / 2 751,40 KJ	Energia: 760,69 Kcal / 3 179,68 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		15,11 g 6,17 g 0,48 g	26,43 g 16,47 g 4,79 g	19,61 g 17,26 g 4,43 g	20,72 g 33,78 g 2,22 g	41,49 g 34,28 g 7,26 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Tízórai	(00499) Óvoda XI.	36,56 g 10,00 g 1,00 g	39,14 g 0,00 g 0,32 g	39,81 g 10,00 g 0,60 g	45,68 g 6,50 g 0,37 g	34,67 g 5,01 g 1,02 g
						
Ebéd	(00499) Óvoda XI.	111,79 g 16,73 g 1,85 g	64,05 g 0,00 g 2,86 g	80,24 g 3,20 g 3,37 g	86,75 g 0,00 g 2,77 g	70,03 g 0,50 g 7,28 g
						
						

Heti étlap 2018.09.17. - 2018.09.21.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Uzsonna	(00499) Óvoda XI.	Trappista sajt, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér	Zöldfűszeres túrókrém , Teljes kiőrlésű kenyér	Hideg tej, Sonka felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér	Sárgarépas sajtkrém, Kígyóuborka, Teljes kiőrlésű kenyér	Túrókrém gyümölcsös, Zsemle										
		Energia: 308,44 Kcal / 1 289,28 KJ	Energia: 163,31 Kcal / 682,64 KJ	Energia: 349,03 Kcal / 1 458,95 KJ	Energia: 202,39 Kcal / 845,99 KJ	Energia: 227,49 Kcal / 950,91 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		13,38 g	15,93 g	7,26 g	8,00 g	2,06 g	0,83 g	15,47 g	14,90 g	4,94 g	6,32 g	7,08 g	3,89 g	8,25 g	2,96 g	1,38 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		27,52 g	0,00 g	1,01 g	27,98 g	0,00 g	0,56 g	37,70 g	0,00 g	1,37 g	28,09 g	0,00 g	1,65 g	41,62 g	11,61 g	0,49 g
				  		 		  								

Elérhetőség: 433-43-05
Fax: 433-43-06

Medveczki Anett
Üzletvezető

" Az étlapváltozás jogát fenntartjuk "