

Heti étlap 2018.10.01. - 2018.10.05.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	
Tízórai	(00499) Óvoda XI.	Gyümölcs tea, Sertéspárizsi, Vaj, Zsemle, Paradicsom	Hideg tej, Csokis gabonagolyó	Citromos tea, Trappista sajt, Margarin, Kukoricás kenyér	Hideg tej, Sárgabaracklekvár, Margarin, Teljes kiőrlésű kifli	Zöld tea 0,2, Zala felvágott, Margarin, Zsemle, teljes kiőrlésű, Kígyóuborka	
		Energia: 272,43 Kcal / 1 138,76 KJ	Energia: 239,52 Kcal / 1 001,19 KJ	Energia: 345,68 Kcal / 1 444,94 KJ	Energia: 337,19 Kcal / 1 409,45 KJ	Energia: 279,38 Kcal / 1 167,81 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
		7,39 g 11,19 g 4,51 g	8,90 g 6,95 g 3,04 g	13,31 g 15,95 g 7,26 g	12,52 g 15,20 g 6,43 g	8,58 g 9,53 g 2,78 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
35,11 g 5,01 g 0,70 g	35,80 g 0,99 g 0,22 g	36,68 g 10,00 g 1,46 g	37,10 g 5,43 g 0,82 g	39,34 g 7,50 g 1,05 g			
Ebéd	(00499) Óvoda XI.	Babgulyás sertéshúsos, Tejbedara, Kakaósórat, Alma, Ásványvíz	Zöldségleves, Vagdalt sertés, Tejfölös burgonyafőzelék, Müzliszelet, gyümölcsös, Ásványvíz	Almaleves fahéjas, Halrudacska, Párolt rizs, Tartármártás, Ásványvíz	Daragaluska leves, Fűszeres pulykaapró, Zöldborsófőzelék, Teljes kiőrlésű kenyér, Alma, Ásványvíz	Francia hagymakrémleves, Bolognai spagetti, Reszelt sajt, Szőlő, Ásványvíz	
		Energia: 643,80 Kcal / 2 691,08 KJ	Energia: 495,07 Kcal / 2 069,39 KJ	Energia: 870,88 Kcal / 3 640,28 KJ	Energia: 569,46 Kcal / 2 380,34 KJ	Energia: 963,42 Kcal / 4 027,10 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
		26,02 g 17,59 g 6,11 g	13,62 g 10,39 g 1,84 g	19,33 g 51,74 g 7,06 g	26,86 g 19,51 g 3,47 g	42,47 g 40,51 g 14,82 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
93,51 g 26,67 g 1,07 g	85,49 g 4,00 g 2,85 g	99,80 g 13,62 g 2,98 g	70,83 g 4,00 g 3,66 g	105,18 g 0,00 g 3,32 g			



Heti étlap 2018.10.01. - 2018.10.05.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00499) Óvoda XI.	Hideg tej, Zöldhagymás szendvicskrém , Teljes kiőrlésű kenyér	Házi húskrém 0,02, Zsemle, teljes kiőrlésű , Paprika	Vajkrém, , Teljes kiőrlésű kenyér , Jégcsapretek	Főtt tojás, Vaj, Zsemle, teljes kiőrlésű , Paradicsom	Joghurt poharas gyümölcsös, Kifli
		Energia: 305,20 Kcal / 1 275,74 KJ	Energia: 217,22 Kcal / 907,98 KJ	Energia: 213,67 Kcal / 893,14 KJ	Energia: 283,71 Kcal / 1 185,91 KJ	Energia: 219,61 Kcal / 917,97 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		13,03 g 10,86 g 3,04 g	7,56 g 6,39 g 2,20 g	5,91 g 8,53 g 3,87 g	10,81 g 12,24 g 4,63 g	7,42 g 3,25 g 3,13 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
38,70 g 0,00 g 0,99 g	32,18 g 0,00 g 0,92 g	28,06 g 0,00 g 0,59 g	32,25 g 0,00 g 0,68 g	39,70 g 12,99 g 0,49 g		

Elérhetőség: 433-43-05
Fax: 433-43-06

Medveczki Anett
Üzletvezető

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”