



## Heti étlap 2019.03.18. - 2019.03.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00499) Óvoda XI.	Hideg tej, Párizsi glutén- és szójamentes, Margarin, Kukoricás kenyér	Karamell , Croissant magos	Gyümölcs tea, Kockasajt, Rágórépa, Burgonyás kenyér	Forralt tej, Méz, Vaj, Kukoricás kenyér	Citromos tea, Zöldfűszeres túrókrém , Burgonyás kenyér, Kígyóuborka
		Energia: 356,07 Kcal / 1 488,37 KJ	Energia: 320,23 Kcal / 1 338,56 KJ	Energia: 236,81 Kcal / 989,87 KJ	Energia: 317,58 Kcal / 1 327,48 KJ	Energia: 203,77 Kcal / 851,76 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		14,10 g 16,74 g 6,32 g	9,05 g 11,50 g 1,22 g	9,59 g 7,21 g 3,73 g	11,57 g 10,50 g 5,01 g	8,40 g 2,51 g 0,83 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00499) Óvoda XI.	Legényfogó leves sertéshússal, Szilvalekváros gombóc, Fahéjas porcukor szórat, Alma, Ásványvíz	Daragaluska leves , Székelykáposzta , Félbarna kenyér, Piskótarolád, Ásványvíz	Paradicsomleves , Köményes sertéssült, Burgonyapüré, Céklasaláta, Ásványvíz	Karfiolkrémleves , Levesgyöngy, Bazsalikomos csirkemell, Zöldséges rizs , Ásványvíz, Narancs	Rizsleves, Sertéspörkölt , Sárgaborsó főzelék , Teljes kiőrlésű kenyér , Ásványvíz, Alma
		Energia: 590,22 Kcal / 2 467,12 KJ	Energia: 678,22 Kcal / 2 834,96 KJ	Energia: 445,93 Kcal / 1 863,99 KJ	Energia: 534,71 Kcal / 2 235,09 KJ	Energia: 387,35 Kcal / 1 619,12 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		17,97 g 18,14 g 4,65 g	23,81 g 23,02 g 6,36 g	22,67 g 8,12 g 2,22 g	26,73 g 9,98 g 2,04 g	16,58 g 9,09 g 1,12 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(00499) Óvoda XI.	86,53 g 19,98 g 1,68 g	92,16 g 0,36 g 3,32 g	68,91 g 9,99 g 3,10 g	82,34 g 0,00 g 1,57 g	58,53 g 0,00 g 2,26 g





# Heti étlap 2019.03.18. - 2019.03.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00499) Óvoda XI.	Magyaros vajkrém, Zsemle, teljes kiőrlésű, Kígyóuborka	Körözött, Teljes kiőrlésű kenyér, Paprika	Hideg tej, Főtt tojás, Vaj, Zsemle, teljes kiőrlésű	Csirkesonka EF EF, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom	Hideg tej, Lekváros táska
		Energia: 222,35 Kcal / 929,42 KJ	Energia: 167,65 Kcal / 700,78 KJ	Energia: 397,71 Kcal / 1 662,43 KJ	Energia: 225,56 Kcal / 942,84 KJ	Energia: 311,00 Kcal / 1 299,98 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		5,88 g 7,81 g 0,00 g	7,77 g 2,13 g 0,80 g	17,31 g 17,78 g 7,66 g	8,77 g 8,12 g 2,09 g	8,95 g 16,90 g 3,04 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		32,33 g 0,00 g 0,55 g	29,11 g 0,00 g 1,05 g	41,65 g 0,00 g 0,90 g	29,08 g 0,00 g 1,08 g	29,10 g 0,00 g 0,22 g

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

Medveczki Anett  
Üzletvezető

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”

