



## Heti étlap 2019.03.25. - 2019.03.29.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00499) Óvoda XI.	Gyümölcs tea, Főtt Bécsi rudacska, Mustár, Burgonyás kenyér	Forralt tej, Zöldfűszeres vajkrém, Rozsos kenyér	Gyümölcs tea, Sonkás szelet, Margarin, Zsemle, teljes kiőrlésű, Kígyóborka	Kakaó, Vaj, Kalács	Citromos tea, Párizsi glutén- és szója mentes, Margarin, Kukoricás kenyér, Paradicsom
		Energia: 322,41 Kcal / 1 347,67 KJ	Energia: 296,02 Kcal / 1 237,36 KJ	Energia: 267,35 Kcal / 1 117,52 KJ	Energia: 361,61 Kcal / 1 511,53 KJ	Energia: 283,33 Kcal / 1 184,32 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		13,69 g 14,18 g 4,60 g	11,15 g 11,45 g 5,50 g	9,64 g 9,05 g 2,48 g	11,91 g 15,24 g 7,18 g	7,68 g 11,22 g 3,29 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00499) Óvoda XI.	Karalábéleves, Bolognai spagetti, Reszelt sajt, Alma, Ásványvíz	Zabgaluska leves, Fejtett babfőzelék, Vagdalt szárnyas, Félbarna kenyér, Túró desszert, Ásványvíz	Kókuszos ribizlileves, Panírozott tökehal, Párolt rizs, Csíki saláta, Ásványvíz	Csirkehúsgombóc-leves, Zöldborsófőzelék, Főtt tojás, Félbarna kenyér, Banán, Ásványvíz	Zöldségkrémleves, Zsemlekocka, Pincepörkölt, Félbarna kenyér, Csemege uborka, Ásványvíz
		Energia: 844,77 Kcal / 3 531,14 KJ	Energia: 746,01 Kcal / 3 118,32 KJ	Energia: 684,19 Kcal / 2 859,91 KJ	Energia: 630,93 Kcal / 2 637,29 KJ	Energia: 582,37 Kcal / 2 434,31 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		41,42 g 33,63 g 11,73 g	36,56 g 23,08 g 8,24 g	19,54 g 25,10 g 3,43 g	29,69 g 10,02 g 2,33 g	21,76 g 23,54 g 7,49 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Tízórai	(00499) Óvoda XI.	34,49 g 5,01 g 1,00 g	37,20 g 0,00 g 0,82 g	36,39 g 5,01 g 1,31 g	44,17 g 6,50 g 0,23 g	37,44 g 10,00 g 1,56 g
Ebéd	(00499) Óvoda XI.	92,41 g 0,00 g 3,04 g	95,55 g 13,46 g 2,46 g	94,49 g 11,36 g 1,70 g	103,49 g 5,36 g 2,65 g	67,75 g 0,36 g 2,55 g





# Heti étlap 2019.03.25. - 2019.03.29.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00499) Óvoda XI.	Gouda sajt, Margarin, Zsemle, teljes kiőrlésű, Paprika	Tojáskrém, Zsemle, teljes kiőrlésű, Rágórépa	Kajsziparack lekvár, Margarin, Burgonyás kenyér	Padlizsánkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Paprika	Gyümölcs joghurt, Teljes kiőrlésű kifli
		Energia: 328,51 Kcal / 1 373,17 KJ	Energia: 214,35 Kcal / 895,98 KJ	Energia: 218,51 Kcal / 913,37 KJ	Energia: 169,46 Kcal / 708,34 KJ	Energia: 211,47 Kcal / 883,94 KJ
		Fehérje 13,77 g	Fehérje 8,07 g	Fehérje 5,11 g	Fehérje 6,22 g	Fehérje 8,39 g
		Zsír 15,90 g	Zsír 5,01 g	Zsír 7,90 g	Zsír 3,02 g	Zsír 5,50 g
		T.Zsírsv 7,26 g	T.Zsírsv 0,44 g	T.Zsírsv 1,90 g	T.Zsírsv 0,00 g	T.Zsírsv 4,62 g
		Szénhidrát 32,20 g	Szénhidrát 34,06 g	Szénhidrát 31,44 g	Szénhidrát 29,26 g	Szénhidrát 31,65 g
		Cukor 0,00 g	Cukor 0,00 g	Cukor 5,43 g	Cukor 0,00 g	Cukor 12,99 g
		Só 1,37 g	Só 1,12 g	Só 0,10 g	Só 0,96 g	Só 0,99 g

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

Medveczki Anett  
Üzletvezető

”Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”

