














Heti étlap 2019.04.29. - 2019.05.03.

		hétfő	kedd	csütörtök	péntek
Tízórai	(00499) Óvoda XI.	Gyümölcs tea, Főtt Bécsi rudacska, Ketchup, Burgonyás kenyér	Citromos tea, Tonhalkrém , Félbarna kenyér, Paprika	Gyümölcs tea, Pizzasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér	Hideg tej, Zöldfűszeres túrókrém , Zsemle, teljes kiőrlésű , Kígyóuborka
		Energia: 310,27 Kcal / 1 296,93 KJ	Energia: 226,36 Kcal / 946,18 KJ	Energia: 244,00 Kcal / 1 019,92 KJ	Energia: 301,90 Kcal / 1 261,94 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		12,97 g 12,98 g 4,60 g	8,34 g 5,17 g 0,61 g	8,11 g 8,76 g 2,36 g	15,15 g 7,57 g 3,87 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00499) Óvoda XI.	Májgaluskaleves , Főtt tojás, Parajmártás, Főtt burgonya, Kókuszkočka, Ásványvíz	Csontleves, Cérnamentél , Vagdalt szárnyas, Paradicsomos káposzta , Alma, Ásványvíz	Zöldborsóleves , Csikós tokány , Tészta köret szarvacska, Müzliszelet, gyümölcsös, Ásványvíz	Kókuszos ribizlileves, Sertéssült, Zöldséges rizs , Uborkasaláta , Ásványvíz
		Energia: 537,78 Kcal / 2 247,92 KJ	Energia: 398,07 Kcal / 1 663,93 KJ	Energia: 747,42 Kcal / 3 124,22 KJ	Energia: 485,18 Kcal / 2 028,05 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		23,55 g 10,88 g 2,55 g	18,15 g 11,21 g 1,95 g	27,64 g 31,88 g 8,30 g	20,76 g 10,52 g 3,55 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Tízórai	(00499) Óvoda XI.	34,89 g 7,81 g 1,05 g	35,55 g 10,90 g 0,79 g	32,76 g 5,01 g 0,66 g	42,92 g 0,00 g 0,98 g
Ebéd	(00499) Óvoda XI.	85,41 g 0,00 g 3,74 g	54,99 g 5,00 g 3,43 g	85,04 g 4,00 g 2,56 g	76,90 g 12,99 g 2,07 g





Heti étlap 2019.04.29. - 2019.05.03.

		hétfő	kedd	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00499) Óvoda XI.	Trappista sajt, Margarin, Zsemle, teljes kiőrlésű , Póréhagyma	Hideg tej, Kakaós csiga	Sajtkrém, Zsemle, Újhagyma	Gyümölcs joghurt, Kifli
		Energia: 324,84 Kcal / 1 357,83 KJ	Energia: 377,75 Kcal / 1 579,00 KJ	Energia: 221,91 Kcal / 927,58 KJ	Energia: 219,61 Kcal / 917,97 KJ
		Fehérje	Fehérje	Fehérje	Fehérje
		Zsír	Zsír	Zsír	Zsír
		T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav	T.Zsírsav
		13,54 g	10,60 g	6,34 g	7,42 g
		15,83 g	5,60 g	8,08 g	3,25 g
		7,26 g	3,04 g	4,58 g	3,13 g
		Szénhidrát	Szénhidrát	Szénhidrát	Szénhidrát
		Cukor	Cukor	Cukor	Cukor
		Só	Só	Só	Só
		31,68 g	41,50 g	31,09 g	39,70 g
		0,00 g	0,00 g	0,00 g	12,99 g
		1,00 g	0,22 g	0,62 g	0,49 g
		 	   	 	 
					

Elérhetőség: 433-43-05
Fax: 433-43-06

Medveczki Anett
Üzletvezető

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”

