



Heti étlap 2020.05.25. - 2020.05.29.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Tízórai	(00499) Óvoda XI.	Citromos tea, Margarin, Sárgabaracklekvár, Félbarna kenyér	Hideg tej, Diákcsemege, Margarin, Zsemle	Gyümölcstea, Tojáskrém , Félbarna kenyér, Kígyóuborka	Tejeskávé, Margarin, Kalács	Gyümölcstea, Szeletelt sajt, Margarin, Zsemle, Paprika										
		Energia: 252,42 Kcal / 1 055,12 KJ	Energia: 409,17 Kcal / 1 710,33 KJ	Energia: 202,00 Kcal / 844,36 KJ	Energia: 380,11 Kcal / 1 588,86 KJ	Energia: 338,30 Kcal / 1 414,09 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5,03 g	7,52 g	1,95 g	15,02 g	21,15 g	8,09 g	7,83 g	5,10 g	0,48 g	11,55 g	14,81 g	5,45 g	13,39 g	15,87 g	7,26 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
40,01 g	15,58 g	0,70 g	39,20 g	0,00 g	1,80 g	30,33 g	5,16 g	1,10 g	50,11 g	12,49 g	0,33 g	34,94 g	5,01 g	1,31 g		
Ebéd	(00499) Óvoda XI.	Frankfurtileves , Főtt tészta, Tejföl , Túró, Alma, Ásványvíz	Tarhonyaleves zöldséges , Csibevagdalt, Tökfőzelék , Ásványvíz	Pulykaraguleves, Francia rakott burgonya, Chokoboy, Ásványvíz	Zellerleves , Levestésztabetét, Sertéspörkölt , Párolt bulgur, Ásványvíz	Tavaszi zöldségleves , Füstölt-főtt tarja, Fejtett babfőzelék , Ásványvíz										
		Energia: 645,26 Kcal / 2 697,19 KJ	Energia: 355,58 Kcal / 1 486,32 KJ	Energia: 839,16 Kcal / 3 507,69 KJ	Energia: 545,38 Kcal / 2 279,69 KJ	Energia: 463,43 Kcal / 1 937,14 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		28,75 g	22,94 g	7,92 g	30,27 g	11,62 g	2,52 g	29,05 g	49,65 g	11,06 g	22,32 g	21,23 g	5,77 g	23,67 g	19,20 g	6,95 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
79,34 g	0,00 g	2,37 g	31,73 g	5,13 g	3,59 g	99,24 g	0,00 g	6,40 g	68,67 g	0,00 g	3,87 g	47,51 g	1,00 g	5,20 g		





Heti étlap 2020.05.25. - 2020.05.29.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Uzsonna	(00499) Óvoda XI.	Sajtos pogácsa	Kakaós csiga	Kockasajt, Kifli	Párizsi glutén- és szójamentes, Margarin, Zsemle	Túrós táska										
		Energia: 446,89 Kcal / 1 868,00 KJ	Energia: 257,18 Kcal / 1 075,01 KJ	Energia: 211,91 Kcal / 885,78 KJ	Energia: 242,78 Kcal / 1 014,82 KJ	Energia: 167,34 Kcal / 699,48 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		9,30 g	23,00 g	0,00 g	3,80 g	0,00 g	0,00 g	8,88 g	6,60 g	3,72 g	7,10 g	10,99 g	3,28 g	5,80 g	3,20 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33,00 g	0,00 g	1,90 g	30,90 g	0,00 g	0,00 g	29,00 g	0,00 g	0,70 g	28,58 g	0,00 g	1,04 g	27,55 g	0,00 g	0,00 g		

Elérhetőség: 433-43-05
Fax: 433-43-06

Üzletvezető: Vidák László

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk ”

