



Heti étlap 2020.06.08. - 2020.06.12.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Tízórai	(00499) Óvoda XI.	Hideg tej, Pizzás csiga	Citromos tea, Gépsonka, Margarin, Zsemle, Paradicsom	Tejeskávét, Vaj, Fonottka	Gyümölcsstea, Olasz felvágott, Teljes kiőrlésű kenyér, Paprika	Citromos tea, Párizsi glutén- és szója mentes, Margarin, Kukoricás kenyér, Paradicsom										
		Energia: 186,89 Kcal / 781,20 KJ	Energia: 279,30 Kcal / 1 167,47 KJ	Energia: 339,80 Kcal / 1 420,36 KJ	Energia: 215,94 Kcal / 902,63 KJ	Energia: 283,33 Kcal / 1 184,32 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8,84 g	8,80 g	3,04 g	9,62 g	8,85 g	2,40 g	10,38 g	13,76 g	6,50 g	8,27 g	5,39 g	1,76 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
17,48 g	0,00 g	0,22 g	39,83 g	10,00 g	0,78 g	43,61 g	11,79 g	0,23 g	33,26 g	5,01 g	1,39 g	37,44 g	10,00 g	1,56 g		
Ebéd	(00499) Óvoda XI.	Rántott leves, Levestésztabetét, Sült virsli, Finomfőzelék, Alma, Ásványvíz	Csirkeraguleves, Káposztás kocka, Müzliszelet, gyümölcsös, Ásványvíz	Sárgaborsókrémleves, Levestésztabetét, Sült csirkemell, Burgonyafőzelék, Ásványvíz	Vegyes gyümölcsleves, Halrudacska, Petrezselymes rizs, Majonéz, Alma, Ásványvíz	Magyaros gombaleves, Levestésztabetét, Vadas sertésragu, Spagetti, Kiwi, Ásványvíz										
		Energia: 468,04 Kcal / 1 956,41 KJ	Energia: 568,83 Kcal / 2 377,71 KJ	Energia: 488,20 Kcal / 2 040,68 KJ	Energia: 630,66 Kcal / 2 636,16 KJ	Energia: 489,24 Kcal / 2 045,02 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17,20 g	21,77 g	5,95 g	26,24 g	16,33 g	1,89 g	29,22 g	12,36 g	2,13 g	15,35 g	27,68 g	3,58 g	13,77 g	12,03 g	1,73 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
50,96 g	5,00 g	5,18 g	78,91 g	7,00 g	4,18 g	64,41 g	0,00 g	3,43 g	91,43 g	7,56 g	3,11 g	79,74 g	3,00 g	3,58 g		





Heti étlap 2020.06.08. - 2020.06.12.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00499) Óvoda XI.	Sajtkrém, Zsemle, teljes kiőrlésű , Kígyóborka	Padlizsánkrém , Burgonyás kenyér	Trappista sajt, Margarin, Szezámagos zsemle	Zsemle, teljes kiőrlésű , Kígyóborka, Csemege szalámi	Kockasajt, Teljes kiőrlésű kifli
		Energia: 226,72 Kcal / 947,69 KJ	Energia: 158,95 Kcal / 664,41 KJ	Energia: 329,60 Kcal / 1 377,73 KJ	Energia: 249,89 Kcal / 1 044,54 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
		6,48 g 8,11 g 4,58 g	5,86 g 3,33 g 0,00 g	14,53 g 18,73 g 7,40 g	9,30 g 9,57 g 3,22 g	9,85 g 8,85 g 5,21 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
31,69 g 0,00 g 0,67 g	26,31 g 0,00 g 0,41 g	26,32 g 0,00 g 1,21 g	31,35 g 0,00 g 1,45 g	20,95 g 0,00 g 1,20 g		

Elérhetőség: 433-43-05
Fax: 433-43-06

Vidák László
Üzletvezető

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”

