

Heti étlap 2020.01.13. - 2020.01.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00481) Óvodás (4-6 év)3x	Kakaó /4-6év/, Zsemle tel. kiórl.reform/60g-, Vajkrém,nat.kg39%zsírt. 18%ÁFA, Kápia paprika kg -	Gyümölcs tea /4-6év/, Zsemle vizes 55g -, Sajtkrém, nat./sajtm.kg-os/-, Paradicsom -	Karamell/4-6év/, Kakaós foszlós kalács 250g -	Gyümölcs tea /4-6év/, Zsemle tel. kiórl.reform/60g-, Sertés párizsi-, Delma vajjízú marg.39%zsír t.-, Kápia paprika kg -	Kakaó /4-6év/, Telj. órl.stangli 45g -, Padlizsánkrém /4-6év/
		Energia: 361,61 Kcal / 1 511,53 KJ	Energia: 207,63 Kcal / 867,89 KJ	Energia: 641,14 Kcal / 2 679,97 KJ	Energia: 290,33 Kcal / 1 213,58 KJ	Energia: 322,94 Kcal / 1 349,89 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 13,27 g 8,74 g 4,20 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 6,48 g 2,91 g 1,63 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 21,54 g 16,15 g 7,04 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 9,04 g 9,15 g 2,95 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 11,73 g 8,52 g 2,76 g
		Szénhidrát Cukor Só 54,84 g 10,16 g 0,96 g	Szénhidrát Cukor Só 38,52 g 6,48 g 1,13 g	Szénhidrát Cukor Só 101,66 g 18,73 g 0,27 g	Szénhidrát Cukor Só 42,32 g 7,15 g 1,25 g	Szénhidrát Cukor Só 48,17 g 10,12 g 1,02 g
Ebéd	(00481) Óvodás (4-6 év)3x	Pírtott tészta leves/4-6év/, Sert.sült egyben sütve/4-6év/, Paradicso.káp.főz./4-6év/, Félbarna kenyér -, Mandarin -	Tárkonyos puly. ragu/4-6/, Diós metélt/4-6év/, Narancs -	Rántott leves /4-6év/, Sertéspörkölt lecsóval/4-6év/, Sárgaborsó főzelék/4-6év/, Alma-	Hamisgulyásleves +ó, Tormás csirkecomb/4-6év/, Bulgur köret/4-6év/, Céklasaláta, szel.27%ÁFA -	Csurgatott tojás lev./4-6év/, Harcsapaprikás /4-6év/, Galuska köret mir./4-6év/, Alma-
		Energia: 422,14 Kcal / 1 764,55 KJ	Energia: 639,88 Kcal / 2 674,70 KJ	Energia: 466,42 Kcal / 1 949,64 KJ	Energia: 457,86 Kcal / 1 913,85 KJ	Energia: 466,86 Kcal / 1 951,47 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 23,27 g 15,00 g 3,29 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 26,94 g 23,71 g 5,33 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 28,49 g 20,70 g 4,00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 23,68 g 13,93 g 3,80 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 25,78 g 16,57 g 3,10 g
		Szénhidrát Cukor Só 47,17 g 10,14 g 1,98 g	Szénhidrát Cukor Só 78,80 g 19,18 g 3,74 g	Szénhidrát Cukor Só 40,67 g 0,41 g 2,88 g	Szénhidrát Cukor Só 61,65 g 4,29 g 4,05 g	Szénhidrát Cukor Só 52,65 g 1,10 g 2,40 g
Uzsonna	(00481) Óvodás (4-6 év)3x					





Heti étlap 2020.01.13. - 2020.01.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Uzsonna	(00481) Óvodás (4-6 év)3x	Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT-, Telj. ő. kakaós csiga 50g -	Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT-, Telj. kiórl. pizzás csiga 50gr	Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT-, Telj.őrl.Gabon. for.sz.el.keny., Delma vajjú marg.39%zsír t.-, Sajt /trappista/-, Kígyóuborka kg -	Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT-, Vajas pogácsa 50gr -	Alm.fah.zabp.süt./4-6év/ Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT-										
		Energia: 290,45 Kcal / 1 214,08 KJ	Energia: 283,03 Kcal / 1 183,07 KJ	Energia: 217,91 Kcal / 910,86 KJ	Energia: 298,42 Kcal / 1 247,40 KJ	Energia: 296,23 Kcal / 1 238,24 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11,48 g	7,08 g	3,48 g	9,71 g	15,86 g	5,03 g	10,57 g	8,72 g	3,63 g	11,46 g	10,98 g	5,55 g	5,98 g	17,44 g	3,87 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
44,23 g	8,95 g	0,63 g	25,03 g	0,00 g	1,41 g	26,05 g	0,50 g	0,87 g	37,53 g	0,29 g	1,18 g	28,42 g	9,22 g	0,24 g		

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

