

Heti étlap 2020.02.17. - 2020.02.21.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00481) Óvodás (4-6 év)3x	Tejeskávé/4-6év/ Zsemle tel. kiörl.reform/60g- Kenőmájas -, Kápia paprika kg -	Gyümölcs tea /4-6év/ Zsemle tel. kiörl.reform/60g-, Delma vajzú marg.39%zsír t.-, Csem.vast.kolbász szel.-, Kígyóborka kg -	Kakaó /4-6év/, Zsemle vizes 55g -, Körözött túró -, Lilahagyma -	Gyümölcs tea /4-6év/ Zsemle vizes 55g -, Vajkrém,nat.kg39%zsírt. 18%ÁFA, Sajt /trappista-/ Kígyóborka kg -	Tejeskávé/4-6év/ Padlizsánkrém /4-6év/ Telj. örl.stangli 45g -
		Energia: 378,17 Kcal / 1 580,75 KJ	Energia: 342,99 Kcal / 1 433,70 KJ	Energia: 331,02 Kcal / 1 383,66 KJ	Energia: 290,21 Kcal / 1 213,08 KJ	Energia: 314,36 Kcal / 1 314,02 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		16,12 g 10,15 g 4,73 g	10,42 g 14,60 g 4,79 g	14,75 g 6,11 g 3,00 g	11,12 g 10,02 g 5,64 g	11,65 g 8,39 g 2,69 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
52,94 g 8,16 g 1,51 g	41,78 g 7,15 g 0,80 g	53,83 g 9,99 g 1,73 g	38,43 g 6,48 g 1,35 g	46,41 g 8,12 g 1,02 g		
Ebéd	(00481) Óvodás (4-6 év)3x	Májgal.lev.friss zöl./4- 6év/, Zöldborsófőz. *mir.*4-6év/ Telj.örl.Gabon. for.szel.keny., Vagdalt natúr sütőbe sült, Mandarin -	Csokonai leves/4-6év/ Mákos metélt4-6év/ Alma-	Magyaros burg.leves/4- 6év/-, Rakott karfiol *mir.*4-6év-, Narancs -	Pirított tészta leves/4- 6év/ Tejszí.gomb.csir.mellto/4- 6év/, Tésztaköret DURUM/4-6év/, Káposzta saláta/4-6év/, Banán -	Lencselev.zöldséges/4- 6év/, Brassói aprópecsenye/4-6év/ Burgonya sós 200 g 4- 6év-, Narancs -
		Energia: 480,56 Kcal / 2 008,74 KJ	Energia: 557,86 Kcal / 2 331,85 KJ	Energia: 460,60 Kcal / 1 925,31 KJ	Energia: 541,53 Kcal / 2 263,60 KJ	Energia: 483,97 Kcal / 2 022,99 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		18,82 g 18,77 g 3,92 g	23,84 g 17,67 g 4,45 g	22,88 g 17,85 g 5,13 g	27,43 g 12,61 g 2,06 g	27,26 g 14,04 g 2,91 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
58,68 g 6,50 g 3,33 g	75,16 g 11,35 g 1,10 g	50,86 g 0,22 g 1,99 g	78,76 g 6,73 g 1,95 g	60,94 g 0,10 g 4,74 g		
Uzsonna	(00481) Óvodás (4-6 év)3x					





Heti étlap 2020.02.17. - 2020.02.21.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	
Uzsonna	(00481) Óvodás (4-6 év)3x	Telj. ő. kakaós csiga 50g -, Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT-	Karamell/4-6év/, Sajt kocka 8 cik.200g Ca dús18, Kifli sós 44gr	Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT-, Vajas pogácsa 50gr -	Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT-, Tej.őr.l.Gabon. for.sz.el.keny., Delma vajízú marg.39%zsír t.-, Lekvárok -	Tejbedara /4-6év/	
		Energia: 241,92 Kcal / 1 011,23 KJ	Energia: 185,12 Kcal / 773,80 KJ	Energia: 240,18 Kcal / 1 003,95 KJ	Energia: 226,91 Kcal / 948,48 KJ	Energia: 265,66 Kcal / 1 110,46 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
		8,08 g 5,58 g 2,66 g	11,50 g 7,93 g 4,33 g	7,38 g 9,18 g 4,57 g	10,12 g 7,71 g 2,70 g	11,51 g 4,27 g 2,16 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
38,93 g 8,95 g 0,49 g	32,75 g 9,99 g 0,83 g	31,17 g 0,29 g 1,02 g	31,99 g 5,50 g 0,66 g	44,37 g 8,99 g 0,34 g			

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

