

Heti étlap 2020.02.24. - 2020.02.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00481) Óvodás (4-6 év)3x	Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT-, Zsemle tel. kiörl.reform/60g-, Delma vajzú marg.39%zsír t.-, Sonkaszalámi -, Kápia paprika kg -, Főtt tojás/4-6év/	Gyümölcs tea /4-6év/, Zsemle tel. kiörl.reform/60g-, Sajtkrém, nat./sajtm.kg-os/-, Retek /SÖR/ kg -	Kakaó /4-6év/, Zsemle vizes 55g -, Tonhalkrém-, Kígyóborka kg -	Gyümölcs tea /4-6év/, Zsemle vizes 55g -, Tojáskrém/4-6év/, Paradicsom -	Tejeskávé/4-6év/, Zsemle tel. kiörl.reform/60g-, Vajkrém,nat.kg39%zsírt. 18%ÁFA, Sertés párizsi-, Kápia paprika kg -
		Energia: 414,87 Kcal / 1 734,16 KJ	Energia: 264,94 Kcal / 1 107,45 KJ	Energia: 335,19 Kcal / 1 401,09 KJ	Energia: 250,09 Kcal / 1 045,38 KJ	Energia: 395,67 Kcal / 1 653,90 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav 23,05 g 14,95 g 5,02 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 8,32 g 6,52 g 3,54 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 14,90 g 7,05 g 2,82 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 9,05 g 6,16 g 2,01 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 15,57 g 12,25 g 5,51 g
		Szénhidrát Cukor Só 46,37 g 0,67 g 1,86 g	Szénhidrát Cukor Só 40,71 g 9,77 g 1,26 g	Szénhidrát Cukor Só 52,61 g 9,99 g 1,17 g	Szénhidrát Cukor Só 40,22 g 6,73 g 1,35 g	Szénhidrát Cukor Só 53,12 g 8,16 g 1,42 g
Ebéd	(00481) Óvodás (4-6 év)3x	Hamis gulyáslev./friss/4-6év/, Sült csirkecomb/4-6év/, Meggymártás *mir.*/4-6év/, Félbarna kenyér -	Savanyú tojásleves /4-6év/, Marha szel.vadász m./4-6év/, Párolt rizsköret /4-6év/, Narancs -	Zölds.lev.pi.tarh./4-6év/, Parad.-mos húsgom./4-6év/, Félbarna kenyér -, Alma-	Daragal.lev./friss/4-6év/, Paprikás csirke/4-6év/, Galuska köret mir./4-6év/, Vegyes vágott savanyú-, Narancs -	Brokk.krémlev.*mir.*/4-6év/, Burgonyapüré/4-6év/, Panír.halrudak/köztes/mir.-, Banán -
		Energia: 448,45 Kcal / 1 874,52 KJ	Energia: 569,58 Kcal / 2 380,84 KJ	Energia: 434,64 Kcal / 1 816,80 KJ	Energia: 471,68 Kcal / 1 971,62 KJ	Energia: 461,64 Kcal / 1 929,66 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav 20,10 g 14,47 g 2,90 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 29,56 g 24,21 g 4,07 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 21,14 g 12,71 g 2,79 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 28,46 g 14,26 g 2,94 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 15,66 g 15,67 g 4,87 g
		Szénhidrát Cukor Só 57,65 g 11,68 g 1,71 g	Szénhidrát Cukor Só 57,19 g 0,07 g 2,28 g	Szénhidrát Cukor Só 57,94 g 10,20 g 2,49 g	Szénhidrát Cukor Só 64,55 g 0,96 g 2,87 g	Szénhidrát Cukor Só 63,59 g 1,49 g 2,19 g





Heti étlap 2020.02.24. - 2020.02.28.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Uzsonna	(00481) Óvodás (4-6 év)3x	Gyüm.krémjogh./Riska/12 5g, Tej. őrl.stangli 45g -, Alma-			Fánk/ízes, csokis, stb/ 50g -, Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT-			Tej.ő.sajtt.tölt.croiss.50g- Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT-			Karamell/4-6év/, Sajtos pogácsa 50gr -			Csokis puding főzéssel/4- 6év/		
		Energia: 214,02 Kcal / 894,60 KJ			Energia: 329,98 Kcal / 1 379,32 KJ			Energia: 302,40 Kcal / 1 264,03 KJ			Energia: 328,86 Kcal / 1 374,63 KJ			Energia: 128,15 Kcal / 535,67 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6,74 g	4,76 g	2,96 g	8,90 g	14,55 g	1,22 g	10,32 g	16,70 g	8,27 g	10,78 g	10,68 g	5,39 g	3,02 g	1,45 g	0,76 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
34,20 g	16,32 g	0,51 g	38,85 g	0,00 g	0,20 g	27,34 g	0,00 g	0,64 g	46,46 g	10,28 g	1,16 g	25,66 g	18,81 g	0,57 g		

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

