

Heti étlap 2020.06.08. - 2020.06.12.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00481) Óvodás (4-6 év)3x	Kakaó /4-6év/, Zsemle vizes 55g -, Tonhalkrém-, Paradicsom -	Tejeskávé/4-6év/, Vajkrém,nat.kg39%zsír. 18%ÁFA, Zsemle, korpás 60g -, TV paprika kg -	Főtt virsli, mustárral /4-6év/, Telj.őr.l.Gabon. for.szel.keny., Sajt kocka 8 cik.200g Ca dús18	Karamell/4-6év/, Sajt /trappista/-, Zsemle vizes 55g -, Delma vajjú marg.39%zsír t.-, Paradicsom -	Tejeskávé/4-6év/, Tojásrántotta /4-6év/, Telj.őr.l.Gabon. for.szel.keny., Lilahagyma -
		Energia: 337,22 Kcal / 1 409,58 KJ	Energia: 362,88 Kcal / 1 516,84 KJ	Energia: 289,70 Kcal / 1 210,95 KJ	Energia: 359,99 Kcal / 1 504,76 KJ	Energia: 367,03 Kcal / 1 534,19 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 14,90 g 7,07 g 2,81 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 12,86 g 12,21 g 5,96 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 13,67 g 18,31 g 7,33 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 16,73 g 11,53 g 5,44 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 16,17 g 17,58 g 3,95 g
		Szénhidrát Cukor Só 53,06 g 9,99 g 1,16 g	Szénhidrát Cukor Só 50,38 g 4,19 g 0,97 g	Szénhidrát Cukor Só 17,23 g 0,00 g 2,32 g	Szénhidrát Cukor Só 48,92 g 5,50 g 1,58 g	Szénhidrát Cukor Só 35,55 g 4,00 g 1,28 g
Ebéd	(00481) Óvodás (4-6 év)3x	Zölds.lev.pi.tarh./4-6év/, Stefánia vagdalt /4-6év/, Tarkababfőzelék/4-6év/, Telj.őr.l.Gabon. for.szel.keny.	Zöldborsóleves*mir.* /4-6év/, Serp.burg.virslivel/4-6év/, Telj.őr.l.Gabon. for.szel.keny., Céklasaláta, szel.27%ÁFA -	Pirított tészta leves/4-6év/, Majoran.marha tokány/4-6év/, Párolt rizsköret /4-6év/	Csurgatott tojás lev./4-6év/, Csirkepörkölt/comb/4-6év/, Galuska köret	Zöldbablev.mir.magy/4-6év/, Sült májas hurka 4-6 év, Tört burg.hagymás /4-6 év/-, Vegyes vágott savanyú-, Túró Rudi közétk.30g 27%ÁFA
		Energia: 563,51 Kcal / 2 355,47 KJ	Energia: 639,88 Kcal / 2 674,70 KJ	Energia: 466,46 Kcal / 1 949,80 KJ	Energia: 668,47 Kcal / 2 794,20 KJ	Energia: 441,28 Kcal / 1 844,55 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 35,74 g 19,85 g 5,41 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 22,81 g 23,04 g 5,82 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 22,32 g 17,24 g 2,46 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 39,05 g 22,08 g 3,92 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 21,09 g 18,66 g 7,56 g
		Szénhidrát Cukor Só 59,67 g 1,14 g 2,75 g	Szénhidrát Cukor Só 83,90 g 8,51 g 4,55 g	Szénhidrát Cukor Só 54,86 g 0,10 g 1,85 g	Szénhidrát Cukor Só 77,46 g 0,45 g 9,63 g	Szénhidrát Cukor Só 61,17 g 11,00 g 2,26 g





Heti étlap 2020.06.08. - 2020.06.12.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Uzsonna	(00481) Óvodás (4-6 év)3x	Túró Rudi közétk.30g 27%ÁFA, Alma-			Kandallós csem./4-6év/ Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT-			Telj.ő.sajtt.tölt.croiss.50g- Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT-			Darafelfújtt /4-6 év/-			Banán -		
		Energia: 159,36 Kcal / 666,12 Kj			Energia: 64,95 Kcal / 271,49 Kj			Energia: 326,66 Kcal / 1 365,44 Kj			Energia: 188,35 Kcal / 787,30 Kj			Energia: 157,45 Kcal / 658,14 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		3,50 g	5,90 g	4,50 g	3,40 g	2,43 g	0,92 g	12,02 g	17,45 g	8,67 g	4,88 g	3,81 g	1,27 g	1,95 g	0,15 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
22,50 g	11,00 g	0,03 g	7,30 g	2,00 g	0,13 g	29,99 g	0,00 g	0,70 g	33,30 g	6,84 g	0,12 g	36,30 g	0,00 g	0,08 g		

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

