

Heti étlap 2020.06.29. - 2020.07.03.

| | | hétfő | kedd | szerda | csütörtök | péntek |
|------------------------|------------------------------|---|---|---|---|--|
| Tízórai | (00481) Óvodás (4-6 év)3x | Telj.őr.l.Gabon. for.szel.keny., Delma vajízú marg.39%zsír t.-, Sertés párizsi-, TV paprika kg -, Kakaó /4- 6év/ | Tejeskávé/4-6év/ Telj.őr.l.Gabon. for.szel.keny., Sajtkrém, nat./sajtm.kg-os/-, Paradicsom - | Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT- Kakaós foszlós kalács 250g - | Karamell/4-6év/ Tojásrántotta /4-6év/ , Telj.őr.l.Gabon. for.szel.keny. | Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT- Telj.őr.l.Gabon. for.szel.keny., Főtt virsli, mustárral /4-6év/ |
| | | Energia: 315,49 Kcal / 1 318,75 KJ | Energia: 268,98 Kcal / 1 124,34 KJ | Energia: 600,99 Kcal / 2 512,14 KJ | Energia: 361,81 Kcal / 1 512,37 KJ | Energia: 362,52 Kcal / 1 515,33 KJ |
| | | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv |
| | | 13,73 g 11,22 g 4,11 g | 13,03 g 8,51 g 4,63 g | 21,54 g 16,15 g 7,04 g | 15,90 g 17,57 g 3,96 g | 19,54 g 17,81 g 7,02 g |
| | | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só |
| 41,54 g 10,49 g 1,22 g | 34,75 g 4,00 g 1,22 g | 91,67 g 8,74 g 0,27 g | 34,59 g 5,00 g 1,29 g | 30,59 g 0,00 g 2,51 g | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| Ebéd | (00481) Óvodás (4-6 év)3x | Rántott leves /4-6év/ Csirkepörkölt/comb/4- 6év/, Tökfőzelék*mir.* /4- 6év/, Félbarna kenyér - | Tárkonyos zöldség leves /4-6/, Brassói aprópecsenye/4-6év/ Burgonya sós 200 g 4- 6év-, Csemege uborka - | Daragal.lev./friss/4-6év/ Rakott karfiol *mir.* 4- 6év-, Túró Rudi közétk.30g 27%ÁFA | Brokk.krémlev.*mir.* /4- 6év/, Olasz csirkecomb /4- 6év/, Bulgur köret/4-6év/ | Zöldborsóleves*mir.* /4- 6év/, Csőb.sü.halfi.18%/4- 6év/, Burgonyapüré/4- 6év/- |
| | | Energia: 409,46 Kcal / 1 711,54 KJ | Energia: 445,65 Kcal / 1 862,82 KJ | Energia: 536,51 Kcal / 2 242,61 KJ | Energia: 443,29 Kcal / 1 852,95 KJ | Energia: 457,27 Kcal / 1 911,39 KJ |
| | | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv |
| | | 23,46 g 18,37 g 4,04 g | 24,76 g 14,97 g 3,14 g | 26,43 g 23,12 g 9,82 g | 27,60 g 17,66 g 5,30 g | 27,63 g 17,14 g 4,84 g |
| | | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só |
| 36,61 g 3,43 g 3,02 g | 52,35 g 0,10 g 10,03 g | 54,73 g 11,39 g 2,15 g | 46,00 g 0,89 g 2,92 g | 47,45 g 0,38 g 2,21 g | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| Uzsonna | (00481) Óvodás (4-6 év)3x | | | | | |





Heti étlap 2020.06.29. - 2020.07.03.

| | | hétfő | kedd | szerda | csütörtök | péntek | | | | | | | | | | |
|----------------|--------------------------------------|--|----------------------------------|---|---|---|----------|------------|---------|----------|------------|---------|----------|------------|--------|----------|
| Uzsonna | (00481) Óvodás (4-6 év)3x | Náp. szel. Mandol.30gr 27%ÁFA-, Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT-, Alma- | Vajas pogácsa 50gr - | Telj.őrl.Gabon. for.szel.keny., Vajkrém,nat.kg39%zsírt. 18%ÁFA, Lilahagyma - | Telj. ő. kakaós csiga 50g -, Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT- | Kifli tejes 45g -, Gyüm.krémjogh./Riska/12 5g | | | | | | | | | | |
| | | Energia: 238,81 Kcal / 998,23 KJ | Energia: 191,65 Kcal / 801,10 KJ | Energia: 178,55 Kcal / 746,34 KJ | Energia: 241,92 Kcal / 1 011,23 KJ | Energia: 194,50 Kcal / 813,01 KJ | | | | | | | | | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv |
| | | 5,36 g | 12,58 g | 7,71 g | 3,98 g | 7,68 g | 3,76 g | 4,44 g | 8,51 g | 3,90 g | 8,08 g | 5,58 g | 2,66 g | 6,68 g | 4,18 g | 2,82 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 25,50 g | 7,50 g | 0,16 g | 25,87 g | 0,29 g | 0,89 g | 20,81 g | 0,00 g | 0,39 g | 38,93 g | 8,95 g | 0,49 g | 31,75 g | 16,25 g | 0,63 g | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

