

Heti étlap 2020.07.06. - 2020.07.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00481) Óvodás (4-6 év)3x	Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT-, Telj.órl.Gabon. for.szel.keny., Olasz felvágott-, Delma vajízű marg.39%zsír t.-, Sajt kocka 8cikk.Ca dús140gr-, Paradicsom -	Tejbedara /4-6év/	Félbarna kenyér -, Sajtkrém, nat./sajtm.kg- os/-, Paradicsom -	Gyümölcs tea /4-6év/ Bundás kenyér 4-6év	Kakaó /4-6év/, Zsemle vizes 55g -, Sertés párizsi- Vajkrém,nat.kg39%zsír. 18%ÁFA, Lilahagyma -
		Energia: 330,54 Kcal / 1 381,66 KJ	Energia: 265,66 Kcal / 1 110,46 KJ	Energia: 136,25 Kcal / 569,53 KJ	Energia: 517,47 Kcal / 2 163,02 KJ	Energia: 413,14 Kcal / 1 726,93 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		15,06 g 16,04 g 6,52 g	11,51 g 4,27 g 2,16 g	4,71 g 5,25 g 3,08 g	7,35 g 39,89 g 4,85 g	15,11 g 15,17 g 7,09 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
33,20 g 0,50 g 1,72 g	44,37 g 8,99 g 0,34 g	16,93 g 0,07 g 0,98 g	31,52 g 6,48 g 2,97 g	53,53 g 9,99 g 1,58 g		
Ebéd	(00481) Óvodás (4-6 év)3x	Zölds.lev.pi.tarh./4-6év/ Sertéspörkölt lecsóval/4- 6év/, Lencsefőzelék /4- 6év/, Telj.órl.Gabon. for.szel.keny.	Csurgatott tojás lev./4- 6év/, Rozsdás marha szel./4-6év/, Burgonya sós 300 g /4-6év/ Káposzta saláta/4-6év/	Magy.gombalev.konz./4- 6év/, Vagdalt pog.sütőben/4-6év/ Kelkáposzta főzelék/4- 6év/, Telj.órl.Gabon. for.szel.keny.	Széchenyi leves /4-6év/ Sajtos-tejfölös tészta/4- 6év/	Zellerkrémleves(mir)/4- 6év/, Bácskai rizseshús/4- 6év/, Paprikasaláta/4-6év/
		Energia: 569,35 Kcal / 2 379,88 KJ	Energia: 456,51 Kcal / 1 908,21 KJ	Energia: 423,05 Kcal / 1 768,35 KJ	Energia: 471,56 Kcal / 1 971,12 KJ	Energia: 476,88 Kcal / 1 993,36 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		35,98 g 20,34 g 4,74 g	26,46 g 17,55 g 2,52 g	26,11 g 12,51 g 2,68 g	18,29 g 17,26 g 6,93 g	23,75 g 16,09 g 4,63 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só		
59,73 g 2,30 g 2,75 g	47,36 g 6,26 g 2,89 g	50,95 g 0,00 g 2,69 g	60,30 g 1,20 g 2,20 g	58,35 g 7,64 g 0,83 g		
Uzsonna	(00481) Óvodás (4-6 év)3x					



Heti étlap 2020.07.06. - 2020.07.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>Uzsonna</b>	<b>(00481) Óvodás (4-6 év)3x</b>	Gyüm.múzli szelet 20 gr -	Karamell/4-6év, Tej.őr.l.Gabon. for.szel.keny., Szárnyasmájkrém 65g-os, -, Alma-	Tej.ő.sajtt.tölt.croiss.50g- Tejeskávé/4-6év/	Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT- Gab.párnácskák mogy.krémmeel -	Vaníliapuding főz./4-6év/										
		Energia: 70,54 Kcal / 294,86 KJ	Energia: 272,52 Kcal / 1 139,13 KJ	Energia: 344,05 Kcal / 1 438,13 KJ	Energia: 171,99 Kcal / 718,92 KJ	Energia: 153,52 Kcal / 641,71 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		1,80 g	1,40 g	0,88 g	13,40 g	6,33 g	2,43 g	12,05 g	17,45 g	8,68 g	8,20 g	3,60 g	1,63 g	3,55 g	1,81 g	1,11 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
12,60 g	2,40 g	0,02 g	39,85 g	5,00 g	0,86 g	34,29 g	4,00 g	0,71 g	26,20 g	0,00 g	0,27 g	31,07 g	14,13 g	0,15 g		

.....  
Élelmezési  
osztályvezet

.....  
Vezet  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezet

