



### Heti étlap 2024.02.05. - 2024.02.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>Tízórai</b>	<b>(00481) Gyermekek (4-6 év) A menü</b>	Tej 2dl, Pápai extrasonka 2.4 kg, Margarin Delma Multivitamin, Teljeskiőrlésű kenyér, Uborka	Tejeskávé 4-6 év, Margarin Delma Multivitamin, Zsemle	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Sajt különféle, Kenyér, Jégsaláta	Kakaó főzős 4-6 év, Sárgabaracklekvár, Zsúr - Erzsébet kenyér	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, lenmagos kockasajtkrém 4-6 év, Kenyér, Kaliforniai paprika										
		Energia: 120,71 Kcal / 504,57 KJ	Energia: 207,04 Kcal / 865,43 KJ	Energia: 150,32 Kcal / 628,34 KJ	Energia: 184,21 Kcal / 770,00 KJ	Energia: 163,84 Kcal / 684,85 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11,06 g	10,15 g	2,96 g	11,33 g	9,59 g	3,08 g	2,41 g	0,67 g	0,27 g	11,05 g	4,60 g	2,46 g	3,07 g	3,74 g	1,90 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
32,38 g	0,18 g	1,44 g	56,11 g	15,16 g	1,14 g	31,34 g	5,23 g	0,75 g	48,22 g	11,51 g	0,97 g	32,91 g	5,23 g	0,85 g		
<b>Ebéd</b>	<b>(00481) Gyermekek (4-6 év) A menü</b>	Fokhagymakrémleves 4-6 év, Bolognai sapgetti 4-6 év	Parajfőzelék *mir.* 4-6 év, Főtt tojás gyerek 4-6 év, Burgonya sós 150 g 4-6 év, Banán	Rakott karfiol pulyk mir 4-6, Alma	Tejleves , Zöldséges csirkeragu 4-6 év, Párolt bulgur	Gulyásleves friss 4-6 év, Farsangi fánk ízzel 4-6 év										
		Energia: 562,93 Kcal / 2 353,05 KJ	Energia: 428,96 Kcal / 1 793,05 KJ	Energia: 382,52 Kcal / 1 598,93 KJ	Energia: 401,37 Kcal / 1 677,73 KJ	Energia: 811,48 Kcal / 3 391,99 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		27,99 g	31,83 g	9,81 g	16,99 g	16,31 g	3,15 g	20,01 g	19,78 g	5,20 g	31,65 g	8,93 g	2,42 g	26,66 g	43,54 g	7,74 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
55,02 g	0,00 g	3,79 g	64,23 g	0,00 g	1,86 g	44,55 g	0,00 g	4,18 g	72,25 g	26,33 g	1,79 g	87,05 g	32,44 g	1,59 g		
<b>Uzsonna</b>	<b>(00481) Gyermekek (4-6 év) A menü</b>															





Heti étlap 2024.02.05. - 2024.02.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>Uzsonna</b>	<b>(00481) Gyermek (4-6 év) A menü</b>	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Kőrözött túró házi 4-6, Kenyér, Lilahagyma	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Sajtkrém, natúr , Burgonyás kenyér, Kápia paprika	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Pikáns halkrém konz. 4-6 év, Teljeskiőrlésű kenyér, Uborka	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Főtt tojás gyerek 4-6 év, Margarin Delma Multivitamin, Teljeskiőrlésű kenyér, Lilahagyma	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Májaskrém házi 4-6 év, Teljeskiőrlésű kenyér, Savanyú káposzta 10kg										
		Energia: 163,48 Kcal / 683,35 KJ	Energia: 152,15 Kcal / 635,99 KJ	Energia: 236,43 Kcal / 988,28 KJ	Energia: 207,76 Kcal / 868,44 KJ	Energia: 162,16 Kcal / 677,83 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		4,24 g	3,54 g	1,67 g	3,48 g	2,71 g	1,32 g	5,56 g	15,37 g	1,91 g	8,24 g	11,47 g	2,55 g	5,00 g	4,04 g	1,22 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
34,83 g	5,58 g	0,94 g	33,44 g	5,25 g	0,84 g	30,73 g	5,18 g	1,15 g	31,44 g	5,18 g	0,89 g	31,21 g	5,18 g	1,50 g		

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

