











Heti étlap 2024.03.25. - 2024.03.29.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök
Tízórai	(00481) Gyermekek (4-6 év) A menü	Tej 2dl, Gabonapehely, natur	Tejeskávé 4-6 év, Vajkrém, Kenyér, Retek piros-sör-jég	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Pápai extrasonka 2.4 kg, Kukoricás kenyér, Jégsaláta	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Pannónia sajt, Rozsos stangli, Uborka
		Energia: 161,77 Kcal / 676,20 KJ	Energia: 190,19 Kcal / 794,99 KJ	Energia: 153,82 Kcal / 642,97 KJ	Energia: 260,31 Kcal / 1 088,10 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		11,10 g 3,25 g 1,22 g	9,58 g 11,41 g 5,59 g	5,89 g 2,06 g 0,64 g	13,28 g 14,90 g 5,08 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
39,95 g 0,00 g 0,20 g	52,61 g 15,22 g 1,03 g	32,95 g 5,28 g 1,36 g	37,95 g 5,21 g 0,89 g		
					
Ebéd	(00481) Gyermekek (4-6 év) A menü	Székelykáposzta 4-6 év, Kenyér, Alma	Kertészleves 4-6 év, Carbonara tészta 4-6 év, Trappista sajt (4-6 év)	Kapormártás (friss) 4-6 év, Burgonya sós 150 g 4-6 év, Tojásfelfújt 4-6 év, Banán	Zöldbabfőzelék *mir.*4-6 év, Fokhagymás sertéscomb 4-6 év, Kenyér, Körte
		Energia: 429,66 Kcal / 1 795,98 KJ	Energia: 521,60 Kcal / 2 180,29 KJ	Energia: 413,76 Kcal / 1 729,52 KJ	Energia: 531,75 Kcal / 2 222,72 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		18,28 g 20,49 g 6,39 g	36,13 g 21,59 g 8,75 g	15,61 g 13,18 g 3,53 g	19,48 g 29,28 g 8,34 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
50,73 g 0,23 g 2,86 g	51,83 g 0,00 g 3,42 g	70,41 g 3,00 g 1,62 g	50,98 g 0,23 g 2,24 g		
					
Uzsonna	(00481) Gyermekek (4-6 év) A menü	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Gépsonkakrém 4-6 év, Teljeskiórlésű kenyér, Paradicsom	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Teljeskiórlésű kenyér, Pritamin paprika, Szendvicsskrém 4-6 év	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Kőrözött túró házi 4-6, Teljeskiórlésű kenyér, Zöldpaprika	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Kenyér, Pikáns halkrém konz. 4-6 év, Lilahagyma
		Energia: 162,83 Kcal / 680,63 KJ	Energia: 149,32 Kcal / 624,16 KJ	Energia: 163,43 Kcal / 683,14 KJ	Energia: 241,38 Kcal / 1 008,97 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		5,05 g 7,40 g 1,56 g	3,69 g 4,43 g 2,02 g	4,81 g 3,73 g 1,67 g	5,04 g 15,23 g 2,67 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
30,16 g 5,18 g 0,85 g	31,05 g 5,18 g 0,80 g	31,53 g 5,53 g 0,93 g	34,35 g 5,23 g 1,12 g		





### Heti étlap 2024.03.25. - 2024.03.29.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök
<b>Uzsonna</b>	<b>(00481) Gyermek (4-6 év) A menü</b>		 	 	       

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

.....  
Vezető  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

