



Heti étlap 2024.04.15. - 2024.04.19.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Tízórai	(00481) Gyermekek (4-6 év) A menü	Tej 2dl, Marhapárizsi 100g, Kukoricás kenyér, Paradicsom	Kakaó főzős 4-6 év, Kalács foszlós 500g, Margarin Delma Multivitamin	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Pannónia sajt, Rozsos Zsemle, Uborka	Tej 2dl, Pápai extrasonka 2.4 kg, Kenyér, Retek, hónapos	Házi gyümölcsjoghurt 4-6 év, Molnárka										
		Energia: 181,67 Kcal / 759,38 Kj	Energia: 179,38 Kcal / 749,81 Kj	Energia: 199,52 Kcal / 833,99 Kj	Energia: 126,02 Kcal / 526,76 Kj	Energia: 392,66 Kcal / 1 641,32 Kj										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		9,06 g	6,35 g	2,66 g	10,92 g	12,81 g	4,47 g	10,93 g	6,90 g	3,88 g	11,33 g	4,27 g	1,89 g	11,42 g	9,73 g	5,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
36,87 g	0,28 g	1,39 g	42,49 g	8,62 g	0,79 g	41,36 g	5,16 g	1,05 g	33,97 g	0,23 g	1,58 g	63,75 g	9,73 g	0,84 g		

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00481) Gyermekek (4-6 év) A menü	Zöldbabfőzelék *mir.*4-6 év, Vagdalt sertés 4-6 év, Kenyér, Alma	Rántott halrúd 4-6 év, Párolt rizsköret 1/2 4-6 év, Majonézes kukoricasaláta 4-6 é	Gulyásleves friss 4-6 év, Vargabéles 4-6 év	Ivólé különféle 4-6 év, Hentes tokány 4-6 év, Burgonya sós 150 g 4-6 év	Tarhonyáshús sert 4-6 év, Csemege uborka 10 kg, Banán										
		Energia: 502,77 Kcal / 2 101,58 Kj	Energia: 370,81 Kcal / 1 549,99 Kj	Energia: 707,15 Kcal / 2 955,89 Kj	Energia: 411,36 Kcal / 1 719,48 Kj	Energia: 502,73 Kcal / 2 101,41 Kj										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		20,66 g	25,26 g	7,60 g	10,75 g	15,94 g	2,59 g	34,13 g	31,88 g	13,00 g	17,10 g	23,54 g	7,70 g	19,95 g	21,34 g	6,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
52,35 g	0,26 g	2,11 g	52,07 g	5,00 g	3,41 g	102,20 g	17,09 g	1,62 g	33,66 g	0,00 g	2,11 g	58,66 g	0,00 g	3,25 g		





Heti étlap 2024.04.15. - 2024.04.19.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Uzsonna	(00481) Gyermek (4-6 év) A menü	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Sajtkrém, natúr, Teljeskiőrlésű kenyér	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Májas krém házi 4-6 év, Teljeskiőrlésű kenyér, Lilahagyma	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Mediterrán tojáskrém 4-6 év, Teljeskiőrlésű kenyér	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Snidlinges szendvicssalátával 4-6 év, Teljeskiőrlésű kenyér	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Trappista sajt, 3kg-os, Teljeskiőrlésű kenyér, Zöldpaprika										
		Energia: 141,69 Kcal / 592,26 KJ	Energia: 157,19 Kcal / 657,05 KJ	Energia: 179,65 Kcal / 750,94 KJ	Energia: 155,39 Kcal / 649,53 KJ	Energia: 220,96 Kcal / 923,61 KJ										
		Fehérje 4,11 g	Zsír 3,58 g	T.Zsír 1,73 g	Fehérje 5,02 g	Zsír 4,02 g	T.Zsír 0,85 g	Fehérje 4,26 g	Zsír 6,92 g	T.Zsír 1,31 g	Fehérje 5,00 g	Zsír 2,71 g	T.Zsír 1,31 g	Fehérje 8,38 g	Zsír 6,22 g	T.Zsír 3,66 g
		Szénhidrát 30,73 g	Cukor 5,18 g	Só 0,96 g	Szénhidrát 32,44 g	Cukor 5,18 g	Só 1,25 g	Szénhidrát 29,38 g	Cukor 5,18 g	Só 0,88 g	Szénhidrát 30,29 g	Cukor 5,53 g	Só 0,84 g	Szénhidrát 30,17 g	Cukor 5,18 g	Só 1,21 g

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

