



Heti étlap 2024.05.13. - 2024.05.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00481) Gyermekek (4-6 év) A menü	Tej 2dl, Prágai sonka, Kenyér, Paradicsom	Kakaó főzős 4-6 év, Vajkrém, Zsemle, Zöldpaprika	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Mozzarella sajt, Teljeskiőrlésű kenyér, Uborka	Tej 2dl, Borjúmájás 1 kg, Kenyér, Lilahagyma	Házi gyümölcsjoghurt 4-6 év, Kifli-tejes
		Energia: 204,38 Kcal / 854,31 KJ	Energia: 177,38 Kcal / 741,45 KJ	Energia: 202,09 Kcal / 844,74 KJ	Energia: 188,78 Kcal / 789,10 KJ	Energia: 288,75 Kcal / 1 206,98 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		10,75 g 9,28 g 3,95 g	12,48 g 11,98 g 5,98 g	7,79 g 4,95 g 2,29 g	10,54 g 8,20 g 3,84 g	9,47 g 5,78 g 3,45 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
34,89 g 0,23 g 1,52 g	47,31 g 5,17 g 1,12 g	29,73 g 5,18 g 1,03 g	36,01 g 0,23 g 1,48 g	48,95 g 5,19 g 0,71 g		
Ebéd	(00481) Gyermekek (4-6 év) A menü	Paradicsomos káposzta 4-6 év, Vagdalt sertés 4-6 év, Kenyér, Banán	Rántott halrúd 4-6 év, Párolt rizsköret 1/2 4-6 év, Francia saláta *mir.* 4-6 év	Sertésraguleves friss 4-6 év, Piskóta kocka csoki öntettel 4	Sóskamártás *mir.* 4-6 év, Főtt tojás gyerek 4-6 év, Burgonya sós 150 g 4-6 év, Banán	CukkinikréMLEVES mir 4-6 év, Rizses pulyka 4-6 év, Csemege uborka 10 kg
		Energia: 618,35 Kcal / 2 584,70 KJ	Energia: 348,25 Kcal / 1 455,69 KJ	Energia: 463,28 Kcal / 1 936,51 KJ	Energia: 407,52 Kcal / 1 703,43 KJ	Energia: 435,70 Kcal / 1 821,23 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		21,11 g 22,93 g 6,40 g	11,14 g 15,69 g 3,00 g	24,34 g 18,48 g 5,73 g	14,44 g 10,83 g 3,35 g	20,15 g 26,24 g 6,39 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
79,30 g 5,26 g 2,84 g	49,04 g 2,50 g 1,95 g	62,14 g 16,78 g 1,97 g	70,49 g 5,99 g 1,55 g	39,76 g 0,00 g 6,27 g		





Heti étlap 2024.05.13. - 2024.05.17.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Uzsonna	(00481) Gyermekek (4-6 év) A menü	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Sajtkrém, natúr, Teljeskiőrlésű kenyér, Sárgarépa			Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Húskrém sertés 4-6 év, Teljeskiőrlésű kenyér, Savanyú káposzta 10kg			Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Padlizsánkrém 4-6 év, Kenyér, Lilahagyma			Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Kőrözött túró házi 4-6, Teljeskiőrlésű kenyér, Paradicsom			Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Gépsonkkrém 4-6 év, Teljeskiőrlésű kenyér, Kaliforniai paprika		
		Energia: 151,75 Kcal / 634,32 KJ			Energia: 178,34 Kcal / 745,46 KJ			Energia: 151,94 Kcal / 635,11 KJ			Energia: 164,01 Kcal / 685,56 KJ			Energia: 157,35 Kcal / 657,72 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		4,41 g	3,63 g	1,74 g	4,81 g	6,06 g	1,58 g	2,95 g	1,22 g	0,50 g	4,76 g	3,70 g	1,68 g	5,05 g	7,43 g	2,24 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
32,76 g	5,18 g	1,04 g	31,35 g	5,18 g	1,56 g	34,69 g	5,23 g	0,79 g	31,78 g	5,53 g	0,93 g	30,67 g	5,18 g	0,93 g		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

