



Heti étlap 2024.05.20. - 2024.05.24.

		kedd	szerda	csütörtök	péntek								
Tízórai	(00481) Gyermekek (4-6 év) A menü	Tej 2dl, Párizsi sertés 2.2 kg, Teljeskiőrlésű kenyér, Paradicsom	Tej 2dl, Zöldséges sajtkrém 4-6 év, Kenyér, Retek piros-sör-jég	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Csirkemell sonka, Teljeskiőrlésű kenyér, Zöldpaprika	Banán turmix 4-6 év, Molnárka								
		Energia: 130,45 Kcal / 545,28 KJ	Energia: 164,48 Kcal / 687,53 KJ	Energia: 168,70 Kcal / 705,17 KJ	Energia: 443,18 Kcal / 1 852,49 KJ								
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		8,12 g	3,18 g	1,46 g	9,83 g	8,44 g	4,32 g	6,24 g	1,16 g	0,27 g	10,61 g	8,46 g	4,05 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
32,90 g	0,18 g	0,97 g	36,15 g	0,23 g	1,15 g	30,69 g	5,18 g	1,15 g	78,69 g	13,78 g	0,86 g		
Ebéd	(00481) Gyermekek (4-6 év) A menü	Karalábéleves magyaros 4-6 év, Tejbedara 4-6 év	Tökfőzelék *mir.* 4-6 év, Sertés sült 4-6 év, Kenyér, Banán	Csőbenbrokkolicsirkés4-6 év, Párolt rizsköret 4-6 év, Alma	Szárazbabfőzelék 4-6 év, Sült virsli 4-6 év, Kenyér, Cseresznye								
		Energia: 336,89 Kcal / 1 408,20 KJ	Energia: 564,41 Kcal / 2 359,23 KJ	Energia: 368,49 Kcal / 1 540,29 KJ	Energia: 614,60 Kcal / 2 569,03 KJ								
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		21,83 g	12,36 g	3,89 g	18,80 g	24,10 g	7,50 g	35,85 g	16,71 g	8,18 g	25,83 g	20,16 g	6,01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58,23 g	19,98 g	1,47 g	72,12 g	2,23 g	2,71 g	48,61 g	0,01 g	1,91 g	85,48 g	2,23 g	2,79 g		





Heti étlap 2024.05.20. - 2024.05.24.

		kedd	szerda	csütörtök	péntek								
Uzsonna	(00481) Gyermek (4-6 év) A menü	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Avokadókrém 4-6 év, Burgonyás kenyér	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Halkrém konz. 4-6 év, Teljeskiőrlésű kenyér, Savanyú káposzta 10kg	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Túrókrém almás 4-6 év, Zsúr -Erzsébet kenyér	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Szendvicsskrém 4-6 év, Teljeskiőrlésű kenyér, Paradicsom								
		Energia: 212,09 Kcal / 886,54 KJ	Energia: 176,33 Kcal / 737,06 KJ	Energia: 228,25 Kcal / 954,09 KJ	Energia: 147,30 Kcal / 615,71 KJ								
		Fehérje 2,85 g	Zsír 6,57 g	T.Zsírsvav 1,00 g	Fehérje 5,23 g	Zsír 7,01 g	T.Zsírsvav 1,54 g	Fehérje 10,67 g	Zsír 4,10 g	T.Zsírsvav 2,25 g	Fehérje 3,59 g	Zsír 4,45 g	T.Zsírsvav 2,03 g
		Szénhidrát 32,71 g	Cukor 5,25 g	Só 0,81 g	Szénhidrát 30,15 g	Cukor 5,18 g	Só 1,10 g	Szénhidrát 36,54 g	Cukor 8,08 g	Só 0,74 g	Szénhidrát 30,87 g	Cukor 5,18 g	Só 0,80 g

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

