



Heti étlap 2024.06.03. - 2024.06.07.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00481) Gyermek (4-6 év) A menü	Tej 2dl, Párizsi sertés 2.2 kg, Rozsos Zsemle, Uborka	Kakaó főzős 4-6 év, Molnárka	Tej 2dl, Vajkrém, Teljeskiőrlésű kenyér, Jégسالáta	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Kárpát szalámi, Sajtos stangli, Paradicsom	Tej 2dl, Mozzarella sajt, Kenyér, Zöldhagyma
		Energia: 182,80 Kcal / 764,10 KJ	Energia: 267,65 Kcal / 1 118,78 KJ	Energia: 120,71 Kcal / 504,57 KJ	Energia: 43,49 Kcal / 181,79 KJ	Energia: 186,06 Kcal / 777,73 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		10,72 g 3,89 g 1,67 g	13,12 g 8,61 g 4,03 g	8,33 g 10,78 g 5,18 g	2,43 g 0,88 g 0,30 g	12,52 g 7,08 g 3,52 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
43,84 g 0,16 g 1,30 g	57,71 g 10,68 g 1,05 g	32,59 g 0,18 g 0,93 g	6,37 g 5,00 g 0,00 g	35,91 g 0,23 g 1,23 g		
Ebéd	(00481) Gyermek (4-6 év) A menü	Bolognai sapgetti 4-6 év, Banán	Csurgatott tojás leves 4-6 év, Rakott kelbimbó4-6 év	Limonádé 4-6 év, Rántott pulykamell 4-6év, Bulgursaláta 4-6 év	Gulyásleves friss 4-6 év, Túrós derelye 4-6 év	Parajfőzelék *mir.* 4-6 év, Főtt tojás gyerek 4-6 év, Burgonya sós 150 g 4-6 év, Nektarin
		Energia: 468,75 Kcal / 1 959,38 KJ	Energia: 690,40 Kcal / 2 885,87 KJ	Energia: 482,72 Kcal / 2 017,77 KJ	Energia: 399,45 Kcal / 1 669,70 KJ	Energia: 400,26 Kcal / 1 673,09 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		22,34 g 19,55 g 7,73 g	30,18 g 41,32 g 10,44 g	23,68 g 19,08 g 3,98 g	15,01 g 16,34 g 4,53 g	16,89 g 16,69 g 3,20 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
52,58 g 0,00 g 2,56 g	63,81 g 0,00 g 4,14 g	58,40 g 7,99 g 2,01 g	49,37 g 5,00 g 2,08 g	56,65 g 0,00 g 1,82 g		





Heti étlap 2024.06.03. - 2024.06.07.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Uzsonna	(00481) Gyermek (4-6 év) A menü	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Kőrözött túró házi 4-6, Kenyér, Zöldpaprika	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Trappista sajt, 3kg-os, Margarin Delma Multivitamin, Teljeskiőrlésű kenyér, Retek piros-sőr-jég	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Halkrém konz. 4-6 év, Kukoricás kenyér, Lilahagyma	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Tojáskrém 4-6 év, Teljeskiőrlésű kenyér, Pritamin paprika	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Sajtkrém, natúr, Teljeskiőrlésű kenyér, Jégsaláta										
		Energia: 168,38 Kcal / 703,83 KJ	Energia: 219,70 Kcal / 918,35 KJ	Energia: 183,49 Kcal / 766,99 KJ	Energia: 182,42 Kcal / 762,52 KJ	Energia: 141,69 Kcal / 592,26 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		4,24 g	3,59 g	1,67 g	8,38 g	12,29 g	4,88 g	4,19 g	6,88 g	1,48 g	5,61 g	9,13 g	1,93 g	4,31 g	3,59 g	1,73 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33,50 g	5,58 g	0,93 g	29,99 g	5,18 g	1,27 g	34,94 g	5,28 g	0,86 g	30,56 g	5,18 g	0,84 g	31,02 g	5,18 g	0,97 g		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

