



Heti étlap 2024.08.12. - 2024.08.16.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Tízórai	(00481) Gyermekek (4-6 év) A menü	Karamell 4-6 év, Pulyka rollsonka, Rozsos kifli, szezámos, Paradicsom	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Pannónia sajt, Burgonyás kenyér, Uborka	Tej 2dl, Margarin Delma Multivitamin, Zsemle, Pritamin paprika	Kakaó főzős 4-6 év, Teavaj 100g, Kalács foszlós 500g	Tej 2dl, Vajkrém, Sajtos stangli, Zöldpaprika										
		Energia: 325,03 Kcal / 1 358,63 KJ	Energia: 145,40 Kcal / 607,77 KJ	Energia: 242,58 Kcal / 1 013,98 KJ	Energia: 289,38 Kcal / 1 209,61 KJ	Energia: 4,90 Kcal / 20,48 KJ										
		Fehérje 18,50 g	Zsír 4,62 g	T.Zsír 1,92 g	Fehérje 7,79 g	Zsír 6,01 g	T.Zsír 3,66 g	Fehérje 9,89 g	Zsír 10,81 g	T.Zsír 3,73 g	Fehérje 9,96 g	Zsír 17,29 g	T.Zsír 7,77 g	Fehérje 5,90 g	Zsír 10,33 g	T.Zsír 5,09 g
		Szénhidrát 76,23 g	Cukor 9,99 g	Só 1,80 g	Szénhidrát 31,53 g	Cukor 5,25 g	Só 0,67 g	Szénhidrát 39,26 g	Cukor 0,17 g	Só 1,04 g	Szénhidrát 41,12 g	Cukor 11,61 g	Só 0,67 g	Szénhidrát 9,10 g	Cukor 0,00 g	Só 0,20 g
Ebéd	(00481) Gyermekek (4-6 év) A menü	Brassói aprópecsenye 4-6 év, Steak burgonya, Kovászos uborka	Zöldborsófőzelék *mir.* 4-6 év, Főtt tojás gyerek 4-6 év, Kenyér, Sárgadinnye	Lencseleves 4-6 év, Túrós pite 4-6 év	Limonádé 4-6 év, Rakott burgonya francia 4-6 év	Almaleves friss 4-6 év, Vajas párolt csirkemell 4-6 év, Párolt rizsköret 4-6 év										
		Energia: 661,18 Kcal / 2 763,73 KJ	Energia: 410,10 Kcal / 1 714,22 KJ	Energia: 563,67 Kcal / 2 356,14 KJ	Energia: 415,33 Kcal / 1 736,08 KJ	Energia: 335,69 Kcal / 1 403,18 KJ										
		Fehérje 25,06 g	Zsír 28,37 g	T.Zsír 8,85 g	Fehérje 19,17 g	Zsír 7,56 g	T.Zsír 1,84 g	Fehérje 35,13 g	Zsír 31,74 g	T.Zsír 13,97 g	Fehérje 24,93 g	Zsír 18,01 g	T.Zsír 7,50 g	Fehérje 20,24 g	Zsír 5,92 g	T.Zsír 2,08 g
		Szénhidrát 75,91 g	Cukor 0,00 g	Só 5,60 g	Szénhidrát 69,05 g	Cukor 5,23 g	Só 1,95 g	Szénhidrát 72,28 g	Cukor 32,47 g	Só 3,25 g	Szénhidrát 58,30 g	Cukor 7,99 g	Só 1,92 g	Szénhidrát 58,79 g	Cukor 9,99 g	Só 1,91 g
Uzsonna	(00481) Gyermekek (4-6 év) A menü															





Heti étlap 2024.08.12. - 2024.08.16.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Uzsonna	(00481) Gyermekek (4-6 év) A menü	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Vaniliás túrókrém 4-6 év, Zsúr -Erzsébet kenyér	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Borjúmájás 1 kg, Teljeskiőrlésű kenyér, Lilahagyma	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Gépsonkakrém 4-6 év, Teljeskiőrlésű kenyér, Paradicsom	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, lenmagos kockasajtkrém 4-6 év, Teljeskiőrlésű kenyér, Uborka	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Szendvicsskrém 4-6 év, Teljeskiőrlésű kenyér, Pritamin paprika										
		Energia: 179,83 Kcal / 751,69 KJ	Energia: 204,81 Kcal / 856,11 KJ	Energia: 163,92 Kcal / 685,19 KJ	Energia: 158,89 Kcal / 664,16 KJ	Energia: 147,82 Kcal / 617,89 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		5,79 g	2,12 g	1,17 g	6,02 g	6,09 g	2,62 g	5,10 g	7,41 g	2,24 g	3,59 g	3,82 g	1,89 g	3,62 g	4,42 g	2,02 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33,84 g	8,43 g	0,70 g	31,24 g	5,18 g	1,28 g	30,36 g	5,18 g	0,93 g	29,77 g	5,18 g	0,86 g	30,81 g	5,18 g	0,80 g		

.....
Élelmezési osztályvezető

.....
Vezető dietetikus

.....
Gazdaságvezető

