



Heti étlap 2024.09.09. - 2024.09.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Tízórai	(00481) Gyermek (4-6 év) A menü	Karamell 4-6 év, Pulyka rollsonka, Rozsos kifli, szezámos, Paradicsom	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Pannónia sajt, szeletelt, 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: 152,15 Kcal / 635,99 KJ	Energia: 179,38 Kcal / 749,81 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 8,86 g	T.Zsír 2,67 g	Fehérje 10,96 g	Zsír 14,69 g	T.Zsír 7,12 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 1,07 g	Szénhidrát 42,52 g	Cukor 8,62 g	Só 0,77 g	Szénhidrát 9,10 g	Cukor 0,00 g	Só 0,20 g
Ebéd	(00481) Gyermek (4-6 év) A menü	Gyümölcslé 1/1 sűrítmény, Pásztor tarhonya 4-6 év, Csemege uborka 10 kg	Parajfőzelék *mir.* 4-6 év, Főtt tojás gyerek 4-6 év, Burgonya sós 150 g 4-6 év, Banán	Frankfurti leves 4-6 ÉV, Túrós derelye 4-6 év	Zellerkrémleves 4-6 év, Tejszínes csirkemell 4-6 év, Párolt rizsköret 4-6 év	Tökfőzelék *mir.* 4-6 év, Sertés sült 4-6 év, Kenyér, Körte										
		Energia: 435,96 Kcal / 1 822,31 KJ	Energia: 449,95 Kcal / 1 880,79 KJ	Energia: 458,16 Kcal / 1 915,11 KJ	Energia: 389,58 Kcal / 1 628,44 KJ	Energia: 512,43 Kcal / 2 141,96 KJ										
		Fehérje 21,48 g	Zsír 16,91 g	T.Zsír 4,56 g	Fehérje 17,25 g	Zsír 16,33 g	T.Zsír 3,15 g	Fehérje 17,74 g	Zsír 20,06 g	T.Zsír 6,31 g	Fehérje 22,25 g	Zsír 15,69 g	T.Zsír 5,05 g	Fehérje 17,90 g	Zsír 24,30 g	T.Zsír 7,50 g
		Szénhidrát 49,86 g	Cukor 0,00 g	Só 4,44 g	Szénhidrát 69,07 g	Cukor 0,00 g	Só 1,88 g	Szénhidrát 57,04 g	Cukor 5,00 g	Só 3,30 g	Szénhidrát 50,35 g	Cukor 0,00 g	Só 1,17 g	Szénhidrát 59,92 g	Cukor 2,23 g	Só 2,66 g



