

## Heti étlap 2018.02.12. - 2018.02.16.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	
<b>Tízórai</b>	<b>(00499) Óvoda XI.</b>	Forralt tej, Zöldhagymás szendvicsskrém , Zsemle, teljes kiőrlésű	Kakaó, Margarin, Kalács	Gyümölcs tea, Baromfipárizsi, Margarin, Kígyóuborka, Zsemle, teljes kiőrlésű	Forralt tej, Fonottka	Citromos tea, Főtt virsli, Ketchup, Zsemle, teljes kiőrlésű	
		Energia: 291,26 Kcal / 1 217,47 KJ	Energia: 403,96 Kcal / 1 688,55 KJ	Energia: 277,94 Kcal / 1 161,79 KJ	Energia: 253,70 Kcal / 1 060,47 KJ	Energia: 338,04 Kcal / 1 413,01 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	
		12,86 g 8,14 g 1,63 g	12,89 g 15,69 g 5,94 g	8,42 g 10,54 g 2,71 g	11,32 g 7,21 g 3,36 g	12,46 g 11,48 g 4,21 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
41,88 g 0,00 g 1,03 g	52,67 g 13,49 g 0,37 g	36,89 g 5,01 g 0,85 g	35,94 g 2,80 g 0,27 g	45,70 g 12,80 g 2,35 g			
<b>Ebéd</b>	<b>(00499) Óvoda XI.</b>	Burgonyaleves , Zöldborsófőzelék , Fűszeres sertésaprópecsenye , Alma, Ásványvíz, Félbarna kenyér	Fahéjas szilvaleves , Rántott csirkemell , Párolt rizs, Céklasaláta 0,05, Ásványvíz	Sertésraguleves, Tejbedara , Kakaószórat , Mandarin , Ásványvíz	Májgaluskaleves , Sós kamártás , Főtt tojás, Főtt burgonya, Alma, Ásványvíz	Magyaros karfiollevés , Milánói halas ragu 0,12, Spagetti, Reszelt sajt, Kiwi, Ásványvíz	
		Energia: 585,24 Kcal / 2 446,30 KJ	Energia: 613,07 Kcal / 2 562,63 KJ	Energia: 573,11 Kcal / 2 395,60 KJ	Energia: 445,62 Kcal / 1 862,69 KJ	Energia: 659,35 Kcal / 2 756,08 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	
		27,05 g 22,91 g 6,24 g	26,62 g 11,38 g 1,97 g	22,41 g 17,44 g 6,24 g	21,37 g 15,03 g 3,53 g	22,60 g 24,09 g 5,99 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
65,96 g 2,36 g 2,17 g	99,95 g 10,49 g 2,25 g	81,09 g 26,67 g 1,11 g	54,28 g 7,99 g 1,93 g	84,52 g 3,00 g 4,35 g			



Heti étlap 2018.02.12. - 2018.02.16.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Uzsonna</b>	<b>(00499) Óvoda XI.</b>	Trappista sajt, Vaj, Póréhagyma, Kukoricás kenyér	Csirkehúsos szendvicsskrém, Savanyú káposzta, Teljes kiőrlésű kenyér	Házi körözött, Félbarna kenyér	Libazsír, Lilahagyma, Teljes kiőrlésű kenyér	Joghurt poharas gyümölcsös, Kifli
		Energia: 315,48 Kcal / 1 318,71 KJ	Energia: 229,45 Kcal / 959,10 KJ	Energia: 159,85 Kcal / 668,17 KJ	Energia: 234,94 Kcal / 982,05 KJ	Energia: 219,61 Kcal / 917,97 KJ
		Fehérje 13,90 g Zsír 16,02 g T.Zsír 8,74 g	Fehérje 8,88 g Zsír 8,51 g T.Zsír 0,68 g	Fehérje 7,66 g Zsír 2,76 g T.Zsír 1,24 g	Fehérje 5,46 g Zsír 10,43 g T.Zsír 3,01 g	Fehérje 7,42 g Zsír 3,25 g T.Zsír 3,13 g
		Szénhidrát 28,55 g Cukor 0,00 g Só 1,36 g	Szénhidrát 29,27 g Cukor 0,00 g Só 1,32 g	Szénhidrát 25,06 g Cukor 0,90 g Só 0,90 g	Szénhidrát 29,49 g Cukor 0,00 g Só 0,56 g	Szénhidrát 39,70 g Cukor 12,99 g Só 0,49 g

Elérhetőség: 433-43-05  
Fax: 433-43-06

Üzletvezető: Kurdi Jánosné

„Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”