



Heti étlap 2019.09.16. - 2019.09.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Tízórai	(00499) Óvoda XI.	Citromos tea, Májkrém, Kukoricás kenyér	Hideg tej, Mogyorókrém, Burgonyás kenyér	Citromos tea, Magyaros vajkrém, Zsemle, Paprika	Kakaó, Margarin, Kalács	Gyümölcs tea, Vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Lillahagyma										
		Energia: 233,70 Kcal / 976,87 KJ	Energia: 305,97 Kcal / 1 278,95 KJ	Energia: 255,03 Kcal / 1 066,03 KJ	Energia: 361,61 Kcal / 1 511,53 KJ	Energia: 241,89 Kcal / 1 011,10 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8,16 g	6,06 g	2,53 g	11,87 g	6,59 g	3,06 g	5,64 g	7,86 g	0,00 g	11,90 g	15,24 g	5,70 g	5,91 g	8,53 g	3,87 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
36,22 g	10,00 g	1,55 g	35,72 g	0,14 g	0,22 g	40,45 g	10,00 g	0,48 g	44,18 g	6,50 g	0,33 g	34,91 g	5,01 g	0,56 g		
Ebéd	(00499) Óvoda XI.	Gulyásleves sertéshúsból, Darásmetélt, Kajsziarack lekvár, Alma, Ásványvíz	Tojásleves, Zöldséges vagdalt, Sárgaborsó főzelék, Szőlő, Ásványvíz	Meggye leves, Bácskai rizseshús, Káposztasaláta, Ásványvíz	Daragaluska leves, Halrudacska, Főtt burgonya, Csemege uborka, Ásványvíz	Lebbencsleves, Csemege sertéskaraj, Kukorica főzelék, Nektarin, Ásványvíz										
		Energia: 513,73 Kcal / 2 147,39 KJ	Energia: 492,51 Kcal / 2 058,69 KJ	Energia: 381,28 Kcal / 1 593,75 KJ	Energia: 522,62 Kcal / 2 184,55 KJ	Energia: 448,53 Kcal / 1 874,86 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		14,87 g	4,17 g	0,28 g	23,64 g	18,35 g	4,77 g	8,39 g	5,21 g	1,30 g	20,19 g	22,78 g	1,32 g	22,15 g	12,26 g	2,69 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
103,96 g	10,86 g	1,82 g	57,24 g	0,00 g	3,50 g	74,50 g	5,29 g	1,95 g	81,28 g	0,00 g	4,08 g	61,61 g	5,99 g	2,68 g		





Heti étlap 2019.09.16. - 2019.09.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Uzsonna	(00499) Óvoda XI.	Trappista sajt, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Paprika	Túrókrém, zöldfűszeres, Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom	Pizzasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér	Sárgarépas sajtkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Kígyóuborka	Hideg tej, Burgonyás pogácsa										
		Energia: 314,32 Kcal / 1 313,86 KJ	Energia: 176,39 Kcal / 737,31 KJ	Energia: 223,28 Kcal / 933,31 KJ	Energia: 212,93 Kcal / 890,05 KJ	Energia: 338,63 Kcal / 1 415,47 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		13,74 g	16,02 g	7,26 g	7,87 g	3,14 g	1,17 g	8,11 g	8,76 g	2,36 g	6,46 g	8,23 g	4,58 g	11,35 g	16,00 g	3,04 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28,42 g	0,00 g	1,01 g	28,94 g	0,00 g	1,16 g	27,74 g	0,00 g	0,66 g	27,99 g	0,00 g	0,68 g	35,40 g	0,00 g	0,82 g		

Elérhetőség: 433-43-05
Fax: 433-43-06

Medveczki Anett
Üzletvezető

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”

