



Heti étlap 2019.09.23. - 2019.09.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00499) Óvoda XI.	Gyümölcs tea, Méz, Margarin, Szezámagos zsemle	Karamell , Vaj, Kifli korpás	Citromos tea, Kockasajt, Teljes kiőrlésű kenyér , Paprika	Hideg tej, Lekváros táska	Citromos tea, Házi szárnyasmájkrém, Zsemle, teljes kiőrlésű , Jégcsapretek
		Energia: 271,48 Kcal / 1 134,79 KJ	Energia: 300,93 Kcal / 1 257,89 KJ	Energia: 255,79 Kcal / 1 069,20 KJ	Energia: 311,00 Kcal / 1 299,98 KJ	Energia: 271,82 Kcal / 1 136,21 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		6,26 g 10,30 g 2,04 g	9,12 g 9,56 g 4,60 g	9,67 g 6,86 g 3,72 g	8,95 g 16,90 g 3,04 g	7,66 g 7,75 g 2,25 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
38,96 g 13,11 g 0,85 g	44,60 g 11,99 g 0,81 g	38,41 g 10,00 g 1,25 g	29,10 g 0,00 g 0,22 g	42,41 g 10,00 g 0,89 g		
Ebéd	(00499) Óvoda XI.	Sertésraguleves, Gránátos kocka, Csemege uborka, Ásványvíz	Árpagyöngyleves, Szárnyas vagdalt , Lencsefőzelék , Félbarna kenyér, Nektarin, Ásványvíz	Paradicsomleves , Sertéspörkölt , Párolt bulgur, Mongol saláta, Ásványvíz	Vajgaluskaleves, Fűszeres pulyka aprópecsenye , Finomfőzelék, Teljes kiőrlésű kenyér , Alma, Ásványvíz	Sajtkrémleves , Levesgyöngy, Rántott csirkemell, Zöldséges rizs , Vegyes vágott savanyúság, Ásványvíz
		Energia: 521,25 Kcal / 2 178,83 KJ	Energia: 819,37 Kcal / 3 424,97 KJ	Energia: 468,08 Kcal / 1 956,57 KJ	Energia: 466,85 Kcal / 1 951,43 KJ	Energia: 846,52 Kcal / 3 538,45 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		21,85 g 15,92 g 4,12 g	42,00 g 15,64 g 3,26 g	14,19 g 6,99 g 0,60 g	25,04 g 11,60 g 2,82 g	37,31 g 35,68 g 9,15 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
72,21 g 0,00 g 3,96 g	119,06 g 4,72 g 4,07 g	89,40 g 8,99 g 2,50 g	65,86 g 5,00 g 4,53 g	93,41 g 0,00 g 3,85 g		
Uzsonna	(00499) Óvoda XI.					





Heti étlap 2019.09.23. - 2019.09.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>Uzsonna</b>	<b>(00499) Óvoda XI.</b>	Sajtkrém, Teljes kiőrlésű kenyér , Paradicsom	Csirkesonka EF EF, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér , Kígyóuborka	Hideg tej, Citromos tonhalkrém , Kukoricás kenyér	Körözött , Burgonyás kenyér, Paprika	Hideg tej, Túrós batyu										
		Energia: 215,57 Kcal / 901,08 KJ	Energia: 222,52 Kcal / 930,13 KJ	Energia: 302,89 Kcal / 1 266,08 KJ	Energia: 163,01 Kcal / 681,38 KJ	Energia: 371,77 Kcal / 1 554,00 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6,45 g	8,26 g	4,59 g	8,77 g	8,09 g	2,08 g	13,78 g	10,75 g	3,32 g	7,77 g	2,53 g	0,80 g	15,40 g	5,60 g	3,04 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28,60 g	0,00 g	0,67 g	28,39 g	0,00 g	1,09 g	37,58 g	0,00 g	1,42 g	27,06 g	0,00 g	0,50 g	51,90 g	0,00 g	0,52 g		

Elérhet ség: 433-43-05  
Fax: 433-43-06

Medveczki Anett  
Üzletvezet

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”

