
















Heti étlap 2020.03.09. - 2020.03.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Tízórai	(00499) Óvoda XI.	Citromos tea, Pizzasonka, Margarin, Burgonyás kenyér	Tejeskávé, Foszlós kalács, Vaj	Gyümölcsstea, Májkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom	Forralt tej, Vegyes zöldségkrém, Kukoricás kenyér	Gyümölcsstea, Főtt Bécsi rudacska, Ketchup, Félbarna kenyér										
		Energia: 259,91 Kcal / 1 086,42 KJ	Energia: 321,72 Kcal / 1 344,79 KJ	Energia: 223,75 Kcal / 935,28 KJ	Energia: 251,12 Kcal / 1 049,68 KJ	Energia: 304,56 Kcal / 1 273,06 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8,19 g	9,18 g	2,36 g	10,36 g	10,70 g	4,77 g	8,53 g	6,10 g	2,54 g	12,30 g	5,91 g	1,63 g	12,82 g	12,58 g	4,65 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
35,70 g	10,00 g	0,11 g	45,22 g	9,17 g	0,23 g	33,28 g	5,01 g	1,10 g	37,44 g	0,00 g	1,59 g	33,89 g	7,96 g	1,65 g		
Ebéd	(00499) Óvoda XI.	Gulyásleves sertéshúsból, Tejberizs, Kakaószórat, Alma, Ásványvíz	Lebbencsleves, Tökfőzelék, Vagdalt sertés, Müzliszelet, gyümölcsös, Ásványvíz	Tojásleves, Rántott csirkemell, Petrezselymes burgonya, Káposztasaláta, Ásványvíz	Zöldborsóleves, Milánói halas spagetti, Reszelt sajt, Körte, Ásványvíz	Zöldségkrémleves, Zsemlekočka, Bácskai rizseshús, Csemege uborka, Ásványvíz										
		Energia: 528,01 Kcal / 2 207,08 KJ	Energia: 507,22 Kcal / 2 120,18 KJ	Energia: 548,73 Kcal / 2 293,69 KJ	Energia: 550,47 Kcal / 2 300,96 KJ	Energia: 400,31 Kcal / 1 673,30 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12,75 g	4,19 g	1,39 g	17,13 g	20,52 g	5,36 g	26,34 g	18,53 g	2,25 g	23,81 g	16,52 g	5,31 g	9,67 g	7,52 g	2,01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
109,38 g	29,47 g	2,18 g	62,22 g	7,44 g	2,55 g	67,89 g	0,00 g	2,30 g	75,76 g	2,00 g	2,59 g	75,23 g	0,88 g	2,95 g		





Heti étlap 2020.03.09. - 2020.03.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00499) Óvoda XI.	Sajt, lapka, Margarin, Zsemle, teljes kiőrlésű, Paprika	Húskrém, Zsemle, teljes kiőrlésű, Lilahagyma	Zöldhagymás szendvicsskrém, Zsemle	Kockasajt, sonkás, Teljes kiőrlésű kifli, Kígyóborka	Kakaós csiga
		Energia: 259,75 Kcal / 1 085,76 KJ	Energia: 201,91 Kcal / 843,98 KJ	Energia: 187,89 Kcal / 785,38 KJ	Energia: 192,24 Kcal / 803,56 KJ	Energia: 257,18 Kcal / 1 075,01 KJ
		Fehérje 8,46 g Zsír 10,30 g T.Zsírsv 3,69 g	Fehérje 7,99 g Zsír 3,73 g T.Zsírsv 0,36 g	Fehérje 5,88 g Zsír 5,11 g T.Zsírsv 0,00 g	Fehérje 9,31 g Zsír 7,63 g T.Zsírsv 4,46 g	Fehérje 3,80 g Zsír 0,00 g T.Zsírsv 0,00 g
		Szénhidrát 33,02 g Cukor 0,00 g Só 0,84 g	Szénhidrát 33,93 g Cukor 0,00 g Só 0,95 g	Szénhidrát 29,60 g Cukor 0,00 g Só 0,70 g	Szénhidrát 21,36 g Cukor 0,00 g Só 1,07 g	Szénhidrát 30,90 g Cukor 0,00 g Só 0,00 g
		 	 	 	  	   

Elérhetőség: 433-43-05
Fax: 433-43-06

Üzletvezető: Vidák László

„Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”

