



Heti étlap 2020.06.22. - 2020.06.26.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00499) Óvoda XI.	Forralt tej, Gépsonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom	Gyümölcsstea, Zöldfűszeres vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér	Citromos tea, Sárgabaracklekvár, Vaj, Zsemle	Tejeskávé, Margarin, Kalács	Gyümölcsstea, Sertéshúskrém, Teljes kiőrlésű kenyér
		Energia: 326,78 Kcal / 1 365,94 KJ	Energia: 230,02 Kcal / 961,48 KJ	Energia: 266,02 Kcal / 1 111,96 KJ	Energia: 380,11 Kcal / 1 588,86 KJ	Energia: 289,13 Kcal / 1 208,56 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		16,49 g 11,98 g 4,03 g	5,55 g 8,50 g 3,87 g	4,84 g 7,37 g 3,38 g	11,55 g 14,81 g 5,45 g	9,13 g 12,86 g 4,32 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
38,32 g 0,00 g 1,12 g	32,42 g 5,01 g 0,55 g	44,55 g 15,43 g 0,48 g	50,11 g 12,49 g 0,33 g	33,76 g 5,01 g 0,78 g		
Ebéd	(00499) Óvoda XI.	Zöldbableves, Milánói spagetti, Reszelt sajt, Alma, Ásványvíz	Őszibarackkrémleves, Sertéssült, Paradicsomos káposzta, Müzliszelet, gyümölcsös, Ásványvíz	Köménymagleves, Pulyka Gordon Bleu, Petrezselymes rizs, Céklasaláta, Ásványvíz	Húsgaluska leves, Főtt tojás, Főtt burgonya, Parajmártás, Chokoboy, Ásványvíz	Olasz zöldségleves, Bácskai rizseshús, Céklasaláta, Ásványvíz
		Energia: 614,34 Kcal / 2 567,94 KJ	Energia: 406,24 Kcal / 1 698,08 KJ	Energia: 479,21 Kcal / 2 003,10 KJ	Energia: 608,37 Kcal / 2 542,99 KJ	Energia: 558,97 Kcal / 2 336,49 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		25,50 g 19,57 g 7,29 g	19,71 g 11,57 g 2,84 g	13,94 g 14,91 g 0,74 g	25,14 g 36,07 g 3,58 g	16,51 g 14,20 g 2,46 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
82,07 g 3,00 g 2,33 g	54,37 g 17,49 g 2,26 g	69,50 g 4,00 g 4,03 g	77,23 g 0,00 g 3,11 g	90,29 g 4,88 g 3,31 g		





Heti étlap 2020.06.22. - 2020.06.26.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>Uzsonna</b>	<b>(00499) Óvoda XI.</b>	Trappista sajt, Margarin, Zsemle	Főtt tojás, Margarin, Zsemle, magos, Újhagyma	Sajtos párizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér , Kígyóuborka	Körözött , Teljes kiőrlésű kenyér , Paprika	Gyümölcs joghurt, Kifli										
		Energia: 311,70 Kcal / 1 302,91 KJ	Energia: 286,79 Kcal / 1 198,78 KJ	Energia: 244,41 Kcal / 1 021,63 KJ	Energia: 167,64 Kcal / 700,74 KJ	Energia: 219,61 Kcal / 917,97 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13,03 g	15,78 g	7,26 g	11,04 g	12,21 g	3,14 g	7,73 g	11,21 g	3,00 g	7,77 g	2,13 g	0,80 g	7,42 g	3,25 g	3,13 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29,02 g	0,00 g	0,94 g	33,25 g	0,00 g	0,96 g	27,91 g	0,00 g	1,01 g	29,11 g	0,00 g	1,05 g	39,70 g	12,99 g	0,49 g		

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

Vidák László  
Üzletvezető

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”

