



Heti étlap 2021.06.07. - 2021.06.11.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(01134) Sertés mentes óvoda XIX-XX	Vaniliás tej, Molnárka	Gyümölcsstea, Kőrözött, Zsemle, teljes kiőrlésű	Citromos tea, Padlizsánkrém, Félbarna kenyér	Hideg tej, Sárgabaracklekvár, Margarin, Félbarna kenyér	Gyümölcsstea, Szárnyashúskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Kígyóuborka
		Energia: 175,27 Kcal / 732,63 KJ	Energia: 213,22 Kcal / 891,26 KJ	Energia: 233,71 Kcal / 976,91 KJ	Energia: 368,64 Kcal / 1 540,92 KJ	Energia: 252,52 Kcal / 1 055,53 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		6,31 g 4,70 g 2,58 g	8,48 g 2,89 g 1,30 g	7,15 g 4,26 g 0,06 g	12,75 g 8,20 g 3,70 g	9,81 g 6,34 g 2,23 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
58,49 g 18,29 g 0,26 g	37,87 g 5,01 g 1,04 g	40,70 g 10,18 g 1,39 g	48,40 g 8,33 g 1,05 g	38,63 g 5,01 g 1,20 g		
Ebéd	(01134) Sertés mentes óvoda XIX-XX	Őszibarackleves, Mexikói csirkeragu, Párolt bulgur, Alma	Sajtkrémleves, Levesgyöngy, Mézes-mustáros csirkemell, Párolt rizs	Csirkegulyás, Főtt tészta, Túró	Kertészleves, Zöldbabfőzelék, Sült virsli efef, Körte	Paradicsomleves, Tört burgonya, hagymás, Csirke pörkölt
		Energia: 557,97 Kcal / 2 332,31 KJ	Energia: 802,53 Kcal / 3 354,58 KJ	Energia: 564,23 Kcal / 2 358,48 KJ	Energia: 387,84 Kcal / 1 621,17 KJ	Energia: 465,54 Kcal / 1 945,96 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		27,50 g 9,41 g 1,70 g	35,81 g 31,14 g 12,06 g	31,72 g 10,65 g 2,40 g	14,58 g 18,70 g 6,27 g	22,44 g 9,73 g 1,44 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
92,91 g 10,49 g 2,92 g	93,57 g 7,05 g 4,15 g	84,76 g 0,00 g 3,46 g	38,63 g 3,00 g 2,59 g	70,37 g 6,43 g 2,28 g		





Heti étlap 2021.06.07. - 2021.06.11.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Uzsonna	(01134) Sertés mentes óvoda XIX-XX	Vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér , Kígyóborka			Párizsi glutén- és szójamentes, Margarin, Félbarna kenyér			Pulykasonka , Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér , Paradicsom			Sajt, lapka, Vaj, Zsemle, teljes kiőrlésű			Gyümölcs joghurt, Kifli		
		Energia: 277,47 Kcal / 1 159,82 KJ			Energia: 275,10 Kcal / 1 149,92 KJ			Energia: 263,27 Kcal / 1 100,47 KJ			Energia: 253,87 Kcal / 1 061,18 KJ			Energia: 219,61 Kcal / 917,97 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		7,11 g	12,63 g	5,80 g	9,47 g	8,06 g	2,72 g	11,48 g	3,50 g	0,88 g	8,11 g	10,21 g	5,17 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
33,51 g	0,00 g	0,68 g	28,84 g	0,18 g	1,50 g	34,90 g	0,00 g	1,40 g	32,11 g	0,00 g	0,74 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"

