



Heti étlap 2024.06.10 - 2024.06.14

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

Vásárolt étel		Vásárolt étel		Vásárolt étel		Vásárolt étel		Vásárolt étel			
Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ											
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g

Vásárolt étel		Vásárolt étel		Vásárolt étel		Vásárolt étel	
Energia: 201,83 Kcal / 843,65 KJ							
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír
7,75 g	6,68 g	1,79 g	5,26 g	10,35 g	4,43 g	6,47 g	8,05 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor
27,25 g	5,00 g	0,58 g	28,35 g	5,10 g	0,21 g	26,38 g	5,10 g

Vásárolt étel		Vásárolt étel		Vásárolt étel		Vásárolt étel	
Energia: 229,10 Kcal / 957,64 KJ							
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír
7,75 g	6,68 g	1,79 g	5,26 g	10,35 g	4,43 g	6,47 g	8,05 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor
27,25 g	5,00 g	0,58 g	28,35 g	5,10 g	0,21 g	26,38 g	5,10 g

Vásárolt étel		Vásárolt étel		Vásárolt étel		Vásárolt étel	
Energia: 66,64 Kcal / 278,56 KJ							
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír
3,91 g	2,78 g	0,33 g	3,91 g	2,78 g	0,33 g	3,91 g	2,78 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor
23,36 g	5,00 g	0,42 g	23,36 g	5,00 g	0,42 g	23,36 g	5,00 g

Vásárolt étel		Vásárolt étel		Vásárolt étel		Vásárolt étel	
Energia: 188,31 Kcal / 787,14 KJ							
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír
6,74 g	4,88 g	1,70 g	6,74 g	4,88 g	1,70 g	6,74 g	4,88 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor
28,51 g	5,10 g	0,85 g	28,51 g	5,10 g	0,85 g	28,51 g	5,10 g

Reggeli

(00480) Gyermekek (1-3 év)

Tízórai
(00002) Allergén mentes



	hétfő		kedd		szerda		csütörtök		péntek	
	Gyümölcsle 100% 1 bölcsi		Limonádé bölcsi 1-3		Gyümölcsle 100% 1 bölcsi		Gyümölcs tea/flt. 1-3		Alma	
Tízórai	Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ		Energia: 19,69 Kcal / 82,30 KJ		Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ		Energia: 25,26 Kcal / 105,59 KJ		Energia: 24,35 Kcal / 101,78 KJ	
	Fehérje 0,00 g	Zsír 0,00 g	Fehérje 0,10 g	Zsír 0,15 g	Fehérje 0,00 g	Zsír 0,00 g	Fehérje 0,51 g	Zsír 0,10 g	Fehérje 0,28 g	Zsír 0,28 g
(00480) Gyermek (1-3 év)	Szénhidrát 0,00 g	Cukor 0,00 g	Szénhidrát 3,57 g	Cukor 3,00 g	Szénhidrát 0,00 g	Cukor 0,00 g	Szénhidrát 5,40 g	Cukor 5,00 g	Szénhidrát 4,90 g	Cukor 0,00 g
	Só 0,00 g	Só 0,26 g	Só 0,00 g	Só 0,37 g	Só 0,50 g	Só 0,50 g	Só 0,00 g	Só 0,71 g	Só 0,36 g	Só 0,01 g
	Vásárolt étel		Vásárolt étel		Vásárolt étel		Vásárolt étel		Vásárolt étel	
(00002) Allergén mentes	Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ		Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ		Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ		Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ		Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ	
	Fehérje 0,00 g	Zsír 0,00 g	Fehérje 0,00 g	Zsír 0,00 g	Fehérje 0,00 g	Zsír 0,00 g	Fehérje 0,00 g	Zsír 0,00 g	Fehérje 0,00 g	Zsír 0,00 g
Ebbéd	Szénhidrát 0,00 g	Cukor 0,00 g	Szénhidrát 0,00 g	Cukor 0,00 g	Szénhidrát 0,00 g	Cukor 0,00 g	Szénhidrát 0,00 g	Cukor 0,00 g	Szénhidrát 0,00 g	Cukor 0,00 g
	Só 0,00 g	Só 0,00 g	Só 0,00 g	Só 0,00 g	Só 0,00 g	Só 0,00 g	Só 0,00 g	Só 0,00 g	Só 0,00 g	Só 0,00 g
	Cukkinifőzelék friss 1-3, Tepsiiben sült tonhal 1-3, Banán		Rakott kelkáposzta 1-3, Sárgabarack		Palócleves csirkés mir-1-3, Spenótos térsza 1-3, Körte		Főtt burgonya 1-3, Paradicsom mártás 1-3, Húsombóc sertés bölcsi1-3 r, Csersznye		Gyümölcsle 100% 1 bölcsi, Csöben sült brokkoli csirkemáj, Györi édes keksz kg	
(00480) Gyermek (1-3 év)	Energia: 290,89 Kcal / 1 215,92 KJ		Energia: 241,19 Kcal / 1 008,17 KJ		Energia: 379,48 Kcal / 1 586,23 KJ		Energia: 381,88 Kcal / 1 596,26 KJ		Energia: 291,73 Kcal / 1 219,43 KJ	
	Fehérje 11,69 g	Zsír 10,66 g	Fehérje 14,32 g	Zsír 7,54 g	Fehérje 15,96 g	Zsír 12,39 g	Fehérje 12,74 g	Zsír 10,27 g	Fehérje 15,80 g	Zsír 14,87 g
	Szénhidrát 36,20 g	Cukor 0,00 g	Szénhidrát 28,48 g	Cukor 0,00 g	Szénhidrát 50,34 g	Cukor 0,00 g	Szénhidrát 58,26 g	Cukor 11,99 g	Szénhidrát 23,50 g	Cukor 2,00 g
	Só 0,26 g	Só 0,37 g	Só 0,37 g	Só 0,37 g	Só 0,50 g	Só 0,50 g	Só 0,71 g	Só 0,36 g	Só 0,36 g	Só 0,36 g

	hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
	Vásárolt étel			Vásárolt étel			Vásárolt étel			Vásárolt étel			Vásárolt étel		
	Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ			Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ			Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ			Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ			Energia: 0,00 Kcal / 0,00 KJ		
(00002) Allergén mentes	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g	0,00 g
Uzsonna	Sárgarépa krém bölcsei, Félbarna kenyér, Karamell 1-3			Bürkítli, diós, Tej 1-3			Sárgabarack lekvár 1-3, Rama margarin, Zsemle, rozsos, Kakaó bölcsei			Főtt tojás 1-3, Rama margarin, Zsemle, korpás, Zöldpaprika, Tej 1-3			Kakaós csiga, Tej 1-3		
(00480) Gyermek (1-3 év)	Energia: 317,60 Kcal / 1 327,57 KJ			Energia: 324,56 Kcal / 1 356,66 KJ			Energia: 275,69 Kcal / 1 152,38 KJ			Energia: 331,03 Kcal / 1 383,71 KJ			Energia: 335,69 Kcal / 1 403,18 KJ		
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
	12,35 g	10,67 g	4,74 g	12,87 g	11,41 g	5,32 g	10,00 g	14,62 g	5,63 g	13,96 g	16,66 g	5,89 g	9,90 g	14,21 g	7,30 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	42,65 g	9,99 g	1,20 g	42,21 g	3,36 g	0,73 g	25,66 g	2,48 g	0,65 g	30,94 g	0,00 g	0,90 g	41,12 g	13,75 g	0,62 g

.....
 Élelmészvezető Gyerekegysős
 Sütő Károly Dr Jakobenszky-Tünde
 mb Bölcsoádevezető
 Bérces Attiláné
 Szakács
 Czeglédiné Jónás
 Tünde

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!
 Jó étvágyat kívánunk!