

Heti étlap 2017.10.16. - 2017.10.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00499) Óvoda XI.	Citromos tea, Májusi csemege, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Paprika	Tejeskávét, Vaj, Stangli vizes	Gyümölcs tea, Gépsonka, Margarin, Zsemle, Kígyóborka	Forralt tej, Croissant csokis	Gyümölcs tea, Padlizsános szendvicskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Paprika
		Energia: 312,84 Kcal / 1 307,67 KJ	Energia: 296,44 Kcal / 1 239,12 KJ	Energia: 264,21 Kcal / 1 104,40 KJ	Energia: 319,00 Kcal / 1 333,42 KJ	Energia: 268,65 Kcal / 1 122,96 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		7,58 g 10,53 g 3,00 g	9,42 g 9,83 g 4,77 g	9,62 g 8,82 g 2,39 g	8,85 g 3,00 g 1,63 g	6,90 g 9,97 g 4,19 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
46,41 g 17,99 g 1,02 g	42,52 g 10,99 g 0,86 g	36,15 g 7,00 g 0,81 g	26,90 g 0,00 g 0,27 g	37,42 g 7,00 g 1,14 g		
Ebéd	(00499) Óvoda XI.	Csirkemájgaluska leves, Főtt tojás, Főtt burgonya, Parajmártás, Alma, Ásványvíz	Sajtkrémleves, Levesgyöngy, Budapest csirkeragú, Párolt rizs, Körte, Ásványvíz	Lebbencsleves, Sárgarépa-főzelék, Párolt csirkemell, Szőlő, Ásványvíz	Zöldségleves, Milánói sertésragu, Spagetti, Reszelt sajt, Szilva db, Ásványvíz	Pandúrleves pulykahúsból, Piskótakocka, Csokiöntet, Alma, Ásványvíz
		Energia: 445,01 Kcal / 1 860,14 KJ	Energia: 833,62 Kcal / 3 484,53 KJ	Energia: 1 215,34 Kcal / 5 080,12 KJ	Energia: 781,44 Kcal / 3 266,42 KJ	Energia: 604,09 Kcal / 2 525,10 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		20,61 g 15,68 g 3,09 g	42,89 g 29,94 g 11,71 g	31,22 g 15,08 g 2,28 g	34,17 g 35,45 g 12,11 g	18,66 g 23,52 g 3,97 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
53,95 g 0,00 g 1,84 g	95,18 g 0,88 g 2,81 g	229,11 g 6,87 g 1,58 g	78,87 g 2,00 g 2,87 g	75,68 g 8,49 g 1,83 g		

Heti étlap 2017.10.16. - 2017.10.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00499) Óvoda XI.	Trappista sajt, Vaj, Zsemle, teljes kiőrlésű	Csicseriborsó szendvicskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom	Vaníliás túrókrém, Teljes kiőrlésű kifli	Csirkehúsos szendvicskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Jégcsap retek	Joghurt poharas gyümölcsös, Kifli
		Energia: 322,63 Kcal / 1 348,59 KJ	Energia: 211,08 Kcal / 882,31 KJ	Energia: 161,88 Kcal / 676,66 KJ	Energia: 227,85 Kcal / 952,41 KJ	Energia: 219,61 Kcal / 917,97 KJ
		Fehérje 13,42 g Zsír 15,81 g T.Zsírsvav 8,74 g	Fehérje 6,01 g Zsír 7,77 g T.Zsírsvav 3,49 g	Fehérje 8,59 g Zsír 3,86 g T.Zsírsvav 2,17 g	Fehérje 8,91 g Zsír 8,48 g T.Zsírsvav 0,68 g	Fehérje 7,42 g Zsír 3,25 g T.Zsírsvav 3,13 g
		Szénhidrát 31,29 g Cukor 0,00 g Só 0,90 g	Szénhidrát 29,00 g Cukor 0,00 g Só 0,75 g	Szénhidrát 23,01 g Cukor 1,90 g Só 0,51 g	Szénhidrát 28,91 g Cukor 0,00 g Só 1,09 g	Szénhidrát 39,70 g Cukor 12,99 g Só 0,49 g

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

Kurdi Jánosné
 Üzletvezet

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”