

Heti étlap 2018.01.22. - 2018.01.26.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00499) Óvoda XI.	Forralt tej, Sárgabaracklekvár, Vaj, Teljes kiőrlésű kenyér	Kakaó, Croissant magos	Mézes-citromos tea, Pizzasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Savanyú káposzta	Forralt tej, Vaj, Kifli korpás	Gyümölcs tea, Magyaros szendvicskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom
		Energia: 313,93 Kcal / 1 312,23 KJ	Energia: 330,76 Kcal / 1 382,58 KJ	Energia: 265,85 Kcal / 1 111,25 KJ	Energia: 276,19 Kcal / 1 154,47 KJ	Energia: 231,34 Kcal / 967,00 KJ
		Fehérje 11,71 g Zsír 10,50 g T.Zsír 5,01 g	Fehérje 11,07 g Zsír 12,68 g T.Zsír 1,88 g	Fehérje 8,74 g Zsír 8,88 g T.Zsír 1,90 g	Fehérje 10,77 g Zsír 10,31 g T.Zsír 5,01 g	Fehérje 5,95 g Zsír 7,80 g T.Zsír 3,49 g
		Szénhidrát 43,04 g Cukor 5,43 g Só 0,82 g	Szénhidrát 42,50 g Cukor 9,99 g Só 0,27 g	Szénhidrát 37,27 g Cukor 7,81 g Só 1,79 g	Szénhidrát 35,11 g Cukor 0,00 g Só 0,88 g	Szénhidrát 33,92 g Cukor 5,01 g Só 1,54 g
Ebéd	(00499) Óvoda XI.	Brokkolikrémléves, Kölesgolyó, Spagetti, Milánói sertésragu, Reszelt sajt, Alma, Ásványvíz	Daragaluska leves, Székelykáposzta, Pite, almás, Ásványvíz, Félbarna kenyér	Sertésraguleves, Tejbedara, Kakaószórat, Kiwi, Ásványvíz	Zöldborsóleves, Pulykapörkölt, Tejfölös burgonyafőzelék, Mandarin, Ásványvíz	Vegyes gyümölcsleves, Rántott csirkemell, Párolt rizs kukoricával 0,20, Vegyes vágott savanyúság, Ásványvíz
		Energia: 852,76 Kcal / 3 564,54 KJ	Energia: 445,55 Kcal / 1 862,40 KJ	Energia: 564,17 Kcal / 2 358,23 KJ	Energia: 432,83 Kcal / 1 809,23 KJ	Energia: 615,68 Kcal / 2 573,54 KJ
		Fehérje 32,30 g Zsír 39,18 g T.Zsír 13,00 g	Fehérje 20,11 g Zsír 21,44 g T.Zsír 6,13 g	Fehérje 22,34 g Zsír 17,53 g T.Zsír 6,24 g	Fehérje 10,55 g Zsír 15,63 g T.Zsír 2,63 g	Fehérje 27,20 g Zsír 11,01 g T.Zsír 2,11 g
		Szénhidrát 89,95 g Cukor 2,00 g Só 3,74 g	Szénhidrát 40,38 g Cukor 0,36 g Só 3,13 g	Szénhidrát 78,22 g Cukor 26,67 g Só 1,12 g	Szénhidrát 60,87 g Cukor 1,50 g Só 2,72 g	Szénhidrát 101,52 g Cukor 8,29 g Só 2,47 g

Heti étlap 2018.01.22. - 2018.01.26.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00499) Óvoda XI.	Olasz felvágott, Margarin, Zsemle, Kígyóuborka	Tojáskrém , Teljes kiőrlésű kenyér , Paprika	Sárgarépas túrókrém, Zsemle magos	Szardiniakrém, Teljes kiőrlésű kenyér , Lilahagyma	Mackósajt, Kifli
		Energia: 259,94 Kcal / 1 086,55 Kj	Energia: 187,87 Kcal / 785,30 Kj	Energia: 162,66 Kcal / 679,92 Kj	Energia: 199,86 Kcal / 835,41 Kj	Energia: 211,91 Kcal / 885,78 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		7,88 g 12,18 g 4,19 g	7,64 g 4,20 g 0,63 g	6,58 g 2,01 g 0,88 g	8,38 g 5,06 g 0,56 g	8,88 g 6,60 g 3,72 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
29,39 g 0,00 g 1,43 g	29,68 g 0,00 g 0,62 g	29,31 g 0,00 g 1,78 g	30,05 g 0,00 g 0,74 g	29,00 g 0,00 g 0,70 g		

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

Kurdi Jánosné
 Üzletvezető

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”