

|         |                            | hétfő                                                                             | kedd                                                                                          | szerda                                                                   | csütörtök                                                                                               | péntek                                                                                               |
|---------|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tízórai | (00110) Óvodás<br>(4-6 év) | Gyümölcs tea *, Vajkrém magyaros[7], Teljes kiőrlésű kenyér[1], Paradicsom        | Forralt tej[7], Kalács kakaós [1,3,7], Vaj *[7]                                               | Gyümölcs tea *, Körözött [7], Teljes kiőrlésű kenyér [1]                 | Limonádé, Fokhagymás kifli, Kockasajt"A"[7,(1)]                                                         | Párizsi, *(1,6,7,10), Margarin kenő(7), Fehér kovászos kenyér[1,(7)], Zöldpaprika **, Gyümölcs tea * |
|         |                            | Energia: 179.40 Kcal / 749.89 KJ                                                  | Energia: 195.08 Kcal / 815.43 KJ                                                              | Energia: 191.98 Kcal / 802.48 KJ                                         | Energia: 265.09 Kcal / 1,108.08 KJ                                                                      | Energia: 228.01 Kcal / 953.08 KJ                                                                     |
|         |                            | FehérjeZsírT.Zsírsv                                                               | FehérjeZsírT.Zsírsv                                                                           | FehérjeZsírT.Zsírsv                                                      | FehérjeZsírT.Zsírsv                                                                                     | FehérjeZsírT.Zsírsv                                                                                  |
|         |                            | 4.68 g3.79 g1.17 g                                                                | 9.59 g13.83 g8.95 g                                                                           | 7.77 g3.75 g1.45 g                                                       | 7.68 g45.61 g3.60 g                                                                                     | 8.20 g7.47 g1.63 g                                                                                   |
|         |                            | SzénhidrátCukorSó                                                                 | SzénhidrátCukorSó                                                                             | SzénhidrátCukorSó                                                        | SzénhidrátCukorSó                                                                                       | SzénhidrátCukorSó                                                                                    |
| Ebéd    | (00110) Óvodás<br>(4-6 év) | Zöldborsóleves [1,3], Tejfölös burgonya főz. [1,7], Sült baromfi pálca (1,6,7,10) | Fejtett bableves [1,9], Borsos tokány ovi[1], Bulgur [1]                                      | Rántott leves [1], Píritott zsemlekocka **, Rakott karfiol ovi[7], Alma  | Tököfzelék tejfölös kapos [1,7], Sertés pörkölt , Kakaós-málnás szelet[1,3,7,(12)], Kukoricás kenyér[1] | Fahéjas almaleves [1,7], Dijoni szelet[1,7,10,(12)], Párolt pitaminos rizsköret                      |
|         |                            | Energia: 443.55 Kcal / 1,854.04 KJ                                                | Energia: 416.29 Kcal / 1,740.09 KJ                                                            | Energia: 321.16 Kcal / 1,342.45 KJ                                       | Energia: 559.53 Kcal / 2,338.84 KJ                                                                      | Energia: 502.85 Kcal / 2,101.91 KJ                                                                   |
|         |                            | FehérjeZsírT.Zsírsv                                                               | FehérjeZsírT.Zsírsv                                                                           | FehérjeZsírT.Zsírsv                                                      | FehérjeZsírT.Zsírsv                                                                                     | FehérjeZsírT.Zsírsv                                                                                  |
|         |                            | 17.52 g22.45 g5.42 g                                                              | 29.43 g22.90 g3.84 g                                                                          | 16.26 g23.59 g5.55 g                                                     | 23.63 g22.09 g4.83 g                                                                                    | 28.48 g9.13 g2.68 g                                                                                  |
|         |                            | SzénhidrátCukorSó                                                                 | SzénhidrátCukorSó                                                                             | SzénhidrátCukorSó                                                        | SzénhidrátCukorSó                                                                                       | SzénhidrátCukorSó                                                                                    |
| Uzsonna | (00110) Óvodás<br>(4-6 év) | Trappista sajt"A"[7,(1)], Margarin kenő(7), Félbarna kenyér[1,(6,7)], Jégsaláta   | Sonka szelet(1,6,7), Margarin kenő(7), Korpás zsemle 44 gr[1,3,7,(8,11)], Kaliforniai paprika | Zalai felvágott *(1,6,7), Margarin kenő(7), Zsemle hosszú[1,3,7], Uborka | Baromfi sonka krém ovi [7,(1,6,10)], Teljes kiőrlésű kenyér[1], Paradicsom                              | Kakaós csiga (1 db)"A"                                                                               |
|         |                            | Energia: 239.71 Kcal / 1,001.99 KJ                                                | Energia: 157.32 Kcal / 657.60 KJ                                                              | Energia: 216.03 Kcal / 903.01 KJ                                         | Energia: 179.50 Kcal / 750.31 KJ                                                                        | Energia: 257.18 Kcal / 1,075.01 KJ                                                                   |
|         |                            | FehérjeZsírT.Zsírsv                                                               | FehérjeZsírT.Zsírsv                                                                           | FehérjeZsírT.Zsírsv                                                      | FehérjeZsírT.Zsírsv                                                                                     | FehérjeZsírT.Zsírsv                                                                                  |
|         |                            | 11.61 g8.90 g3.62 g                                                               | 23.05 g4.86 g0.89 g                                                                           | 8.48 g10.72 g3.60 g                                                      | 6.15 g5.35 g1.68 g                                                                                      | 3.80 g12.30 g0.00 g                                                                                  |
|         |                            | SzénhidrátCukorSó                                                                 | SzénhidrátCukorSó                                                                             | SzénhidrátCukorSó                                                        | SzénhidrátCukorSó                                                                                       | SzénhidrátCukorSó                                                                                    |

.....

.....

.....

Élelmezési

osztályvezető

Vezető

Gazdaságvezető  
dietetikus

