



Heti étlap 2025.04.28. - 2025.05.02.

		hétfő	kedd	szerda
Tízórai	(00110) Óvodás (4-6 év)	Tejeskávé(1,7), Kifli(1), Vaj *(7)	Gyümölcs tea *, Margarin kenő, Párizsi, *, Teljes kiőrlésű kenyér(1)	Kakaó (7), Fatörzskifli
		Energia: 242.42 Kcal / 1,013.32 Kj	Energia: 233.90 Kcal / 977.70 Kj	Energia: 124.39 Kcal / 519.95 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav
		10.45 g12.80 g8.17 g	7.31 g8.76 g1.78 g	7.71 g4.30 g2.77 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	(00110) Óvodás (4-6 év)	Erőleves (3,1), Rántott halrudacska sütőben, Rizi-bizi mir.zb , Tartár mártás (10,3,7)	Tavaszi zöldség leves (3,9,1), Túró rudi, Kelkáposzta főzelék ovis (1), Vagdalt sütőben sertés(3,1)	Babgulyás ovi(9,1), Mákos nudli ovi., Alma
		Energia: 317.37 Kcal / 1,326.61 Kj	Energia: 418.17 Kcal / 1,747.95 Kj	Energia: 712.39 Kcal / 2,977.79 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav
		16.96 g38.07 g5.76 g	21.85 g27.61 g8.45 g	31.18 g12.04 g2.07 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Uzsonna	(00110) Óvodás (4-6 év)	Teljes kiőrlésű kenyér(1), Kenőmájas, Uborka	Turista felvágott:, Margarin kenő, Zsemle hosszú(3, 1, 7), Zöldpaprika **	Teljes kiőrlésű kifli(1, 5), Baromfi sonka krém ovi (7), Lilahagyma *
		Energia: 163.64 Kcal / 684.02 Kj	Energia: 184.11 Kcal / 769.58 Kj	Energia: 223.46 Kcal / 934.06 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav
		6.55 g6.17 g2.30 g	8.04 g7.38 g2.45 g	7.72 g5.10 g1.50 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó





Heti étlap 2025.04.28. - 2025.05.02.

.....

.....

.....

Élelmezési

osztályvezető

Vezető

dietetikus

Gazdaságvezető

