

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00110) Óvodás (4-6 év)	Citromos tea ovi., Teljes kiőrlésű kenyér[1], Körözött [7]	Tejeskávé[1,7], Briós "A"[1,3,7]	Gyümölcs tea *, Tonhalkrém[7], Magvas kenyér[1]	Gyümölcs tea *, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Olasz felvágott(1,6,7), Paradicsom, Margarin kenő(7)	Gyümölcs tea *, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Zöldfűszeres vajkrém, Jégcsapretek
		Energia: 191.71 Kcal / 801.35 KJ	Energia: 236.81 Kcal / 989.87 KJ	Energia: 197.02 Kcal / 823.54 KJ	Energia: 251.04 Kcal / 1,049.35 KJ	Energia: 146.90 Kcal / 614.04 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		7.77 g3.75 g1.45 g	10.26 g6.22 g3.32 g	10.37 g6.65 g1.86 g	7.31 g11.85 g3.27 g	4.60 g1.77 g0.30 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	(00110) Óvodás (4-6 év)	Zöldségleves sajttal[1,7], Hentes tokány [1,10, (6,7)], Bulgur [1], Alma	Rántott leves [1], Píritott zsemlekocka **, Tejfölös burgonya főz. [1,7], Sült baromfi pálca(1,6,7,10)	Gulyásleves [9], Tejbenrizs ovi[7], Almamártás [1,7]	Csontleves zöldségekkel [1,3], Finom főzelék(mir. ovis[1,7], Csirkenuggets sütőben	Karfiolkrémleves[1], Levesgyöngy"A"[1,3,7], Petrezselymes burgonya, Ketchupos csirkemell filé (1)
		Energia: 438.67 Kcal / 1,833.64 KJ	Energia: 347.88 Kcal / 1,454.14 KJ	Energia: 365.90 Kcal / 1,529.46 KJ	Energia: 284.64 Kcal / 1,189.80 KJ	Energia: 781.72 Kcal / 3,267.59 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		30.92 g25.57 g7.95 g	13.04 g18.36 g4.97 g	22.34 g12.44 g4.97 g	15.21 g6.92 g0.61 g	36.28 g21.34 g2.72 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Uzsonna	(00110) Óvodás (4-6 év)	Zsemle "A"[1,7], Kenőmájas(1,6,7,10), Zöldpaprika **	Teljes kiőrlésű kenyér[1], Margarin kenő(7), Diák csemege *(1,6,7), Uborka	Fehér kovászos kenyér[1, (7)], Margarin kenő(7), Csirkemell sonka Kedvenc ízek, Kaliforniai paprika	Félbarna kenyér[1,(6,7)], Snidlinges zalai húskrém (1,6,7)	Tepertős pogácsa, Alma
		Energia: 155.96 Kcal / 651.91 KJ	Energia: 217.38 Kcal / 908.65 KJ	Energia: 182.75 Kcal / 763.90 KJ	Energia: 192.56 Kcal / 804.90 KJ	Energia: 246.91 Kcal / 1,032.08 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		6.14 g6.06 g2.30 g	6.31 g9.77 g2.54 g	8.01 g5.20 g1.10 g	5.53 g7.48 g1.50 g	0.60 g22.90 g0.00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó

.....

.....

.....

Élelmezési

Vezető

Gazdaságvezető

osztályvezető

dietetikus

