

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök		
Tízórai	(00110) Óvodás (4-6 év)	Forralt tej[7], Ízes táska 1 db"A"[1,(7)]			Gyümölcs tea *, Párizsi, *(1,6,7,10), Margarin kenő (7), Teljes kiőrlésű kenyér [1]			Gyümölcs tea *, Snidlinges tojáskrém ovi. [3,7,10,(12)], Teljes kiőrlésű kenyér[1]			Citromos tea ovi., Fehér kovászos kenyér[1,(7)], Paradicsom tisztított, Humusz[3,7,10,(1,12)]		
		Energia: 230.62 Kcal / 963.99 KJ			Energia: 221.86 Kcal / 927.37 KJ			Energia: 185.71 Kcal / 776.27 KJ			Energia: 196.44 Kcal / 821.12 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11.00 g	26.60 g	2.00 g	7.31 g	8.76 g	1.78 g	7.30 g	4.84 g	1.21 g	7.30 g	5.31 g	1.03 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33.26 g	0.00 g	0.23 g	26.69 g	2.16 g	1.20 g	26.49 g	2.16 g	0.88 g	31.38 g	5.00 g	0.08 g		
Ebéd	(00110) Óvodás (4-6 év)	Brokkoli leves [1,3,7], Fűszeres csirkemell filé, Tejszínes fokhagymás tészta			Erdei vegyes gyümölcsleves*[1,7], Rántott borda [1,3], Párolt jázmin rizsköret , Francia saláta 1/2[3,7,10,(1)]			Nyírségi raguleves zöldséggel[7,9], Sárgarépas sütemény [1,3,(7)], Narancsos joghurtos öntet[7]			Zöldborsóleves [1,3], Tejfölös burgonya főz. [1,7], Sült baromfi pálca (1,6,7,10)		
		Energia: 453.33 Kcal / 1,894.92 KJ			Energia: 762.87 Kcal / 3,188.80 KJ			Energia: 363.08 Kcal / 1,517.67 KJ			Energia: 443.55 Kcal / 1,854.04 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		31.42 g	17.27 g	4.12 g	31.37 g	35.15 g	8.30 g	17.20 g	16.15 g	3.88 g	17.52 g	22.45 g	5.42 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
51.18 g	2.12 g	0.79 g	94.76 g	5.68 g	2.02 g	40.14 g	23.78 g	0.61 g	46.83 g	1.02 g	1.62 g		
Uzsonna	(00110) Óvodás (4-6 év)	Herkules szalámi(1,6,7), Margarin kenő(7), Uborka tisztított, Teljes kiőrlésű kenyér[1]			Trappista sajt"A"[7,(1)], Margarin kenő(7), Zsemle hosszú[1,3,7], Kaliforniai paprika tisztított			Zsemle hosszú[1,3,7], Gépsonka(1,6,7), Margarin kenő(7), Uborka tisztított			Zsemle "A"[1,7], Baromfi sonka krém ovi[7, (1,6,10)], Zöldpaprika tisztított		
		Energia: 219.16 Kcal / 916.09 KJ			Energia: 226.13 Kcal / 945.22 KJ			Energia: 184.40 Kcal / 770.79 KJ			Energia: 170.22 Kcal / 711.52 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6.65 g	9.89 g	2.57 g	10.88 g	11.10 g	4.96 g	8.93 g	7.08 g	2.37 g	5.76 g	5.23 g	1.67 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
24.46 g	0.16 g	1.21 g	20.62 g	0.32 g	0.99 g	21.83 g	0.00 g	1.46 g	24.13 g	0.00 g	0.68 g		

.....
Élelmezési

osztályvezető

.....
Vezető

dietetikus

.....
Gazdaságvezető

