

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00110) Óvodás (4-6 év)	Forralt tej[7], Kakaós csiga (1 db)"A"	Gyümölcs tea *, Vajkrém magyaros[7], Teljes kiőrlésű kenyér[1], Paradicsom tisztított	Kópé szelet(1,6,7), Gyümölcs tea *, Margarin kenő(7), Félbarna kenyér [1,(6,7)]	Citromos tea ovi., Padlizsánkrém [3,10, (1,7)], Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Réteges krémjoghurt *[7], Teljes kiőrlésű kifli[1,5], Gyümölcs tea *
		Energia: 334.69 Kcal / 1,399.00 KJ	Energia: 167.36 Kcal / 699.56 KJ	Energia: 213.73 Kcal / 893.39 KJ	Energia: 195.11 Kcal / 815.56 KJ	Energia: 317.79 Kcal / 1,328.36 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		10.40 g 15.30 g 2.00 g	4.68 g 3.79 g 1.17 g	7.26 g 7.94 g 2.19 g	4.80 g 6.51 g 0.90 g	12.81 g 8.73 g 4.04 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00110) Óvodás (4-6 év)	Karfiollevés magyaros [1,3], Temesvári sertésragu [1,7], Párolt jázmin rizsköret	Csontleves zöldségekkel [1,3], Kelkáposzta főzelék ovis[1], Vagdalt tonhalas [1,3,4]	Zöldborsólevés [1,3], Vadas csirketokány ovi [1,7,10,(12)], Burgonya gnocchi	Sajtos pogácsa házi [1,3,7], Kinder tejszelet, Tárkonyos raguleves o. [1,3,7]	Citromos kertileves ovi [1,3,7,9], Óvári sertés borda [1,7,(6)], Petrezselymes burgonya
		Energia: 517.09 Kcal / 2,161.44 KJ	Energia: 403.82 Kcal / 1,687.97 KJ	Energia: 433.77 Kcal / 1,813.16 KJ	Energia: 586.76 Kcal / 2,452.66 KJ	Energia: 733.51 Kcal / 3,066.07 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		19.94 g 19.24 g 4.41 g	24.34 g 18.80 g 3.81 g	26.45 g 18.09 g 3.21 g	24.07 g 31.81 g 9.98 g	35.12 g 22.65 g 5.69 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(00110) Óvodás (4-6 év)	Kenőmájas(1,6,7,10), Teljes kiőrlésű kenyér[1], Zöldpaprika tisztított	Párizsi, *(1,6,7,10), Zsemle hosszú[1,3,7], Margarin kenő(7)	Trappista sajt"A"[7,(1)], Margarin kenő(7), Teljes kiőrlésű kenyér[1], Kaliforniai paprika tisztított	Soproni felvágott(1,6,7), Margarin kenő(7), Zsemle "A"[1,7], Uborka tisztított	Túrós táskas"A", Mandarin
		Energia: 165.56 Kcal / 692.04 KJ	Energia: 206.33 Kcal / 862.46 KJ	Energia: 232.72 Kcal / 972.77 KJ	Energia: 231.14 Kcal / 966.17 KJ	Energia: 100.09 Kcal / 418.38 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		6.61 g 6.22 g 2.30 g	8.62 g 9.61 g 2.97 g	9.56 g 10.25 g 3.77 g	6.87 g 11.68 g 3.26 g	2.91 g 1.56 g 0.00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só

.....

Élelmezési

osztályvezető

Vezető

Gazdaságvezető

dietetikus

