

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00110) Óvodás (4-6 év)	Forralt tej[7], Gabonapehely, teljes kiőrl.[1,(11)]	Citromos tea ovi., Tonhalkrém[7], Fehér kovászos kenyér[1,(7)]	Gyümölcs tea *, Vajkrém magyaros[7], Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Vanília ízű tej[1,7], Kalács[1,3,7], Vaj *[7]	Gyümölcs tea *, Trappista sajtkrém ovi[7, (1)], Magvas kenyér[1], Uborka
		Energia: 158.40 Kcal / 662.11 KJ	Energia: 193.16 Kcal / 807.41 KJ	Energia: 175.02 Kcal / 731.58 KJ	Energia: 155.44 Kcal / 649.74 KJ	Energia: 225.72 Kcal / 943.51 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		9.60 g3.50 g2.00 g	8.17 g4.20 g1.36 g	4.48 g3.75 g1.16 g	10.56 g15.65 g9.16 g	11.86 g7.78 g3.33 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	(00110) Óvodás (4-6 év)	Zöldbableves [1,3,7], Csirkepörkölt , Tészta köret [1,3], Uborka saláta	Húsgaluska leves ovis [1,3,9], Parajmártás norm. ovis[1,7], Burgonyatallér sütőben, Főtt tojás [3]	Citromos kertileves ovi [1,3,7,9], Budapest sertésragu [1], Bulgur [1], Alma	Csontleves zöldségekkel [1,3], Főtt sertéshús ovis., Piritott dara féladagos ovis[1], Vegyes gyümölcsmártás [1,7]	Paradicsom leves [1,3], Rántott halrudacska sütőben, Zöldséges rizs ovi, Cékla saláta
		Energia: 508.46 Kcal / 2,125.36 KJ	Energia: 438.43 Kcal / 1,832.64 KJ	Energia: 521.04 Kcal / 2,177.95 KJ	Energia: 436.62 Kcal / 1,825.07 KJ	Energia: 361.38 Kcal / 1,510.57 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		27.67 g14.80 g3.05 g	22.01 g20.81 g4.30 g	31.76 g25.03 g4.66 g	22.13 g10.98 g3.87 g	16.51 g22.01 g2.36 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Uzsonna	(00110) Óvodás (4-6 év)	Baromfi sonka krém ovi [7,(1,6,10)], Korpás zsemle 44 gr[1,3,7,(8,11)], Jégsaláta	Trappista sajt"A"[7,(1)], Margarin kenő(7), Teljes kiőrlésű kenyér[1], Kaliforniai paprika	Félbarna kenyér[1,(6,7)], Margarin kenő(7), Párizsi, *(1,6,7,10), Zöldpaprika **	Kolbász krém [7], Teljes kiőrlésű kenyér[1], Lilahagyma *	Réteges krémjoghurt *[7], Kifli[1]
		Energia: 160.59 Kcal / 671.27 KJ	Energia: 232.72 Kcal / 972.77 KJ	Energia: 207.31 Kcal / 866.56 KJ	Energia: 183.26 Kcal / 766.03 KJ	Energia: 255.26 Kcal / 1,066.99 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		23.00 g3.96 g1.37 g	9.56 g10.25 g3.77 g	8.19 g7.47 g1.63 g	5.52 g6.04 g1.66 g	10.56 g8.80 g4.21 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó

.....

.....

.....

Élelmezési

osztályvezető

Vezető

Gazdaságvezető
dietetikus

