

		kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Tízórai</b>	<b>(00110) Óvodás (4-6 év)</b>	Gyümölcs tea *, Vajkrém magyaros[7], Teljes kiőrlésű kenyér[1]			Tejeskávé[1,7], Kalács [1,3,7]			Gyümölcs tea *, Zöldfűszeres túrókrém ovi [7], Teljes kiőrlésű kenyér [1]			Citromos tea ovi., Párizsi, *(1,6,7,10), Margarin kenő(7), Teljes kiőrlésű kenyér[1], Paradicsom tisztított		
		Energia: 162.98 Kcal / 681.26 KJ			Energia: 134.01 Kcal / 560.16 KJ			Energia: 191.24 Kcal / 799.38 KJ			Energia: 238.01 Kcal / 994.88 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		4.48 g	3.75 g	1.16 g	10.45 g	7.35 g	3.25 g	8.23 g	3.79 g	1.46 g	7.51 g	8.80 g	1.79 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	30.00 g	2.16 g	0.73 g	35.35 g	5.32 g	0.56 g	29.27 g	2.16 g	1.24 g	30.44 g	5.16 g	1.20 g	
<b>Ebéd</b>	<b>(00110) Óvodás (4-6 év)</b>	Csurgatott tojás leves [1,3], Kelkáposzta főzelék ovis[1], Csirkenuggets sütőben, Félbarna kenyér [1,(6,7)]			Hamis gulyás leves. [1], Budapest sertésragu [1], Bulgur [1]			Csontleves zöldségekkel [1,3], Zöldbabfőzelék ovis* [1,7], Sertés pörkölt , Félbarna kenyér[1,(6,7)]			Karalábéleves zöldséges [1,3], Rántott halrudacska sütőben, Burgonyapüré [7]		
		Energia: 384.46 Kcal / 1,607.04 KJ			Energia: 392.48 Kcal / 1,640.57 KJ			Energia: 383.74 Kcal / 1,604.03 KJ			Energia: 488.37 Kcal / 2,041.39 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		15.16 g	15.20 g	1.70 g	27.65 g	21.01 g	3.61 g	22.53 g	12.87 g	3.30 g	17.80 g	20.54 g	2.99 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	41.20 g	0.00 g	2.55 g	77.29 g	0.00 g	2.26 g	40.49 g	0.04 g	2.39 g	65.63 g	0.02 g	1.79 g	
<b>Uzsonna</b>	<b>(00110) Óvodás (4-6 év)</b>	Gépsonka(1,6,7), Margarin kenő(7), Zsemle "A"[1,7], Uborka tisztított			Kolbász krém [7], Teljes kiőrlésű kenyér[1], Kaliforniai paprika tisztított			Zöldséges szelet , Margarin kenő(7), Zsemle hosszú[1,3,7]			Sajttal szórt pogácsa A 50 gr[1,3,7], Alma mosott		
		Energia: 181.79 Kcal / 759.88 KJ			Energia: 179.30 Kcal / 749.47 KJ			Energia: 195.17 Kcal / 815.81 KJ			Energia: 122.51 Kcal / 512.09 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		7.17 g	6.08 g	1.19 g	5.40 g	6.03 g	1.66 g	7.28 g	8.90 g	3.00 g	4.90 g	11.80 g	6.80 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	24.48 g	0.00 g	1.20 g	24.39 g	0.16 g	0.94 g	21.36 g	0.26 g	1.29 g	26.20 g	9.18 g	0.04 g	

.....

Élelmezési

osztályvezető

.....

Vezető

dietetikus

.....

Gazdaságvezető

