



Heti étlap 2020.02.24. - 2020.02.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00499) Óvoda XI.	Hideg tej, Croissant sajtos	Karamell , Párizsi glutén- és szójamentes, Margarin, Kifli, szezámmagos	Citromos tea, Húskrém , Szezámmagos zsemle , Póréhagyma	Forralt tej, Sárgabaracklekvár, Margarin, Zsemle	Gyümölcsstea, Diákcsemege, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér , Kígyóuborka
		Energia: 347,13 Kcal / 1 451,00 KJ	Energia: 343,57 Kcal / 1 436,12 KJ	Energia: 240,48 Kcal / 1 005,21 KJ	Energia: 316,76 Kcal / 1 324,06 KJ	Energia: 221,13 Kcal / 924,32 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav 9,05 g 5,60 g 3,04 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 11,49 g 13,20 g 4,50 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 8,96 g 6,66 g 0,50 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 11,35 g 10,35 g 3,53 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 8,01 g 14,03 g 2,59 g
		Szénhidrát Cukor Só 27,50 g 0,00 g 0,22 g	Szénhidrát Cukor Só 44,65 g 11,99 g 0,76 g	Szénhidrát Cukor Só 36,85 g 10,00 g 1,15 g	Szénhidrát Cukor Só 44,55 g 5,43 g 0,85 g	Szénhidrát Cukor Só 39,91 g 5,01 g 0,67 g
Ebéd	(00499) Óvoda XI.	Burgonyaleves , Finomfőzelék, Sült csirkecomb filé, Kiwi, Ásványvíz	Karalábéleves magyaros, Húsgombóc sertéshúsból, Paradicsom mártás , Főtt burgonya, Alma, Ásványvíz	Magyaros zellerleves , Sajtos csirkeragu , Párolt rizs, Banán , Ásványvíz	Húsos zöldborsóleves, Gyümölcsös tejbekuszkusz, Narancs, Ásványvíz	Paradicsomleves , Rántott csirkemell , Petrezselymes burgonya , Csíki saláta , Ásványvíz
		Energia: 407,97 Kcal / 1 705,31 KJ	Energia: 472,03 Kcal / 1 973,09 KJ	Energia: 790,80 Kcal / 3 305,54 KJ	Energia: 493,20 Kcal / 2 061,58 KJ	Energia: 649,91 Kcal / 2 716,62 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav 25,18 g 7,96 g 1,68 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 19,45 g 11,43 g 2,30 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 35,44 g 21,85 g 8,75 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 17,69 g 5,09 g 1,51 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 27,60 g 18,69 g 2,26 g
		Szénhidrát Cukor Só 58,16 g 5,00 g 5,26 g	Szénhidrát Cukor Só 71,67 g 9,99 g 4,05 g	Szénhidrát Cukor Só 111,41 g 0,44 g 2,84 g	Szénhidrát Cukor Só 93,13 g 15,92 g 1,40 g	Szénhidrát Cukor Só 90,96 g 9,36 g 2,05 g





Heti étlap 2020.02.24. - 2020.02.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Uzsonna	(00499) Óvoda XI.	Csirkesonka EF EF, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Kígyóuborka	Főtt tojás, Vaj, Teljes kiőrlésű kenyér, Paprika	Kockasajt, Teljes kiőrlésű kenyér	Májkrém, Savanyú káposzta, Teljes kiőrlésű kenyér	Kefir, Kifli										
		Energia: 222,52 Kcal / 930,13 KJ	Energia: 268,83 Kcal / 1 123,71 KJ	Energia: 208,65 Kcal / 872,16 KJ	Energia: 202,43 Kcal / 846,16 KJ	Energia: 200,60 Kcal / 838,51 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8,77 g	8,09 g	2,08 g	10,84 g	12,39 g	4,62 g	9,23 g	6,75 g	3,72 g	8,56 g	6,10 g	2,56 g	8,00 g	3,85 g	0,05 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28,39 g	0,00 g	1,09 g	28,17 g	0,00 g	0,69 g	27,50 g	0,00 g	1,25 g	28,08 g	0,00 g	1,37 g	33,50 g	0,00 g	0,10 g		

Elérhetőség: 433-43-05
Fax: 433-43-06

Vidák László
Üzletvezető

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”

