

Heti étlap 2023.03.13. - 2023.03.17.

		hétfő	kedd	csütörtök	péntek
Tízórai	(00481) Ovis (3-6 éves)	Tej, Túrókrém , Kukoricás kenyér	Tej, Goldi Kukoricapehely teljes ki	Citromos tea *, Joghurt, Kifli	Kakaó, Delma margarin multivit. 500g, Kalács foszlós 500g
		Energia: 254,36 Kcal / 1 063,22 Kj	Energia: 278,66 Kcal / 1 164,80 Kj	Energia: 152,01 Kcal / 635,40 Kj	Energia: 230,76 Kcal / 964,58 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		12,71 g 11,73 g 3,74 g	10,08 g 7,60 g 3,36 g	7,43 g 7,25 g 3,91 g	8,58 g 10,93 g 4,67 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
31,64 g 0,10 g 0,82 g	39,80 g 1,60 g 0,07 g	14,05 g 1,00 g 0,67 g	23,58 g 2,40 g 0,41 g		
Ebéd	(00481) Ovis (3-6 éves)	Húsgombóclevés , Carbonara spagetti ovis, Alma	Karalábélevés *mir.*ovis, Grill csirkemell, Vegyes zöldköret , Alma, Pírtott napraforgómag	Csontleves tészabetét nélkül, Levestészabetét fehér levesbe, Burgonya főzelék , Sült virsli ovis, Kukoricás kenyér	Szárazbableves , Levestészabetét rántásos, Túrós derelye *mir.*ovis, Tejfölös öntet, Alma
		Energia: 564,20 Kcal / 2 358,36 Kj	Energia: 481,71 Kcal / 2 013,55 Kj	Energia: 731,84 Kcal / 3 059,09 Kj	Energia: 455,74 Kcal / 1 904,99 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		23,39 g 31,23 g 9,57 g	32,81 g 17,77 g 2,33 g	26,01 g 31,06 g 8,98 g	15,39 g 16,57 g 4,41 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
42,88 g 0,00 g 1,14 g	46,46 g 0,00 g 0,76 g	84,46 g 0,02 g 3,06 g	60,47 g 3,86 g 0,55 g		
Uzsonna	(00481) Ovis (3-6 éves)	Teljes kiőrlésű tönkölyös keny, Uborka, Halkrém házi	Teljes kiőrlésű tönkölyös keny, Sajtkrém, natúr 100g-os, Lillahagyma, Főtt tojás	Teljes kiőrlésű tönkölyös keny, Húskrém, Uborka	Teljes kiőrlésű tönkölyös keny, Halkrém házi, Uborka
		Energia: 157,84 Kcal / 659,77 Kj	Energia: 197,13 Kcal / 824,00 Kj	Energia: 184,62 Kcal / 771,71 Kj	Energia: 159,01 Kcal / 664,66 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv

