

Heti étlap 2022.06.06. - 2022.06.10.

		kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(00151) Tartósítószer mentes- Óvoda	Gyümölcs tea , Tepertőkrém **, Zsemle érz.			Gyümölcs tea , Főtt virsli Allergén Mentés, Zsemle érz.			Gyümölcs tea , Méz kg- os, Zsemle ér.			Gyümölcs tea , Padlizsán krém T.M., Kenyér ér.		
		Energia: 245.21 Kcal / 1,024.98 Kj			Energia: 225.63 Kcal / 943.13 Kj			Energia: 219.06 Kcal / 915.67 Kj			Energia: 232.48 Kcal / 971.77 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		4.93 g	9.40 g	0.00 g	10.92 g	5.40 g	0.00 g	3.80 g	0.20 g	0.00 g	5.34 g	4.75 g	0.86 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		32.32 g	9.99 g	0.03 g	32.30 g	9.99 g	0.02 g	48.50 g	26.19 g	0.02 g	41.06 g	9.99 g	0.11 g
Ebéd	(00151) Tartósítószer mentes- Óvoda	Lencseleves T.M., Darásmetélt** /toj.mentes/, Alma 27%			Rízseleves A.M., Zöldséges csirkeragu, Tésztak.tojás mentes			Rántott leves **A.M., Sárgarépafozelék TM., Sült tarja			Sertéshúsleves A.M., Vegyes gy.mártás T.M., Rántott sertésszelet A.M.		
		Energia: 525.45 Kcal / 2,196.38 Kj			Energia: 527.44 Kcal / 2,204.70 Kj			Energia: 528.30 Kcal / 2,208.29 Kj			Energia: 525.50 Kcal / 2,196.59 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		21.92 g	14.45 g	3.84 g	30.82 g	13.12 g	2.46 g	28.58 g	19.22 g	3.67 g	27.05 g	23.70 g	7.27 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		77.02 g	10.70 g	0.30 g	70.54 g	0.00 g	0.53 g	60.40 g	13.90 g	1.34 g	52.45 g	20.22 g	0.36 g
		1,9,(12)			1,9			1			1,3,9		
Uzsonna	(00151) Tartósítószer mentes- Óvoda	Baromfi májas csirkemájjal 30, Retek, csomós, Zsemle ér.			Liga margarin 20% zsírt., Kaliforniai paprika, Zsemle ér.			Húspástétom T.M., Kenyér ér.			Sert.májkrém 30 gr.allerg.ment, Jégcsapretek, Zsemle ér.		
		Energia: 219.41 Kcal / 917.13 Kj			Energia: 194.00 Kcal / 810.92 Kj			Energia: 200.35 Kcal / 837.46 Kj			Energia: 192.15 Kcal / 803.19 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9.84 g	4.19 g	1.17 g	4.86 g	6.33 g	1.80 g	9.38 g	4.79 g	1.36 g	9.08 g	5.44 g	1.56 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		28.81 g	0.00 g	0.34 g	27.30 g	0.00 g	0.03 g	28.99 g	0.00 g	0.23 g	24.62 g	0.00 g	0.41 g
		1,(6),(7),(10)									1,(6),(7),(10)		





## Heti étlap 2022.06.06. - 2022.06.10.

.....

.....

Igazgató

Élelmezésvezető    Dietetikus

Pintér Józsefné

Laza Györgyné

Kotymánné Zs. Zsófia

