



Heti étlap 2023.01.09. - 2023.01.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermekek (1-3 év) A menü	Tej , Párizsi, Kenyér, Uborka, Paradicsom	Tejeskávé , Vajkrém klf. kg-s, Zsemle, Retek piros, Pritamin paprika	Tej , Eidámi sajt, Kenyér, Paradicsom, Pórégagyma	Kakaó , Molnárika, Margarin Light	Tej , Gépsonkakrém házi , Kukoricás kenyér, Lilahagyma, Paradicsom
		Energia: 218,11 Kcal / 911,70 KJ	Energia: 292,46 Kcal / 1 222,48 KJ	Energia: 292,83 Kcal / 1 224,03 KJ	Energia: 350,76 Kcal / 1 466,18 KJ	Energia: 241,78 Kcal / 1 010,64 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		7,94 g6,23 g3,98 g	10,72 g9,99 g6,57 g	13,24 g11,32 g7,26 g	10,59 g13,72 g6,70 g	8,56 g7,84 g4,33 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Tízórai	(00480) Gyermekek (1-3 év) A menü	Alma	Kivi	Mandarin	Alma	Körte
		Energia: 34,79 Kcal / 145,42 KJ	Energia: 60,90 Kcal / 254,56 KJ	Energia: 37,51 Kcal / 156,79 KJ	Energia: 34,79 Kcal / 145,42 KJ	Energia: 52,99 Kcal / 221,50 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0,40 g0,40 g0,00 g	1,00 g0,60 g0,00 g	0,56 g0,24 g0,00 g	0,40 g0,40 g0,00 g	0,40 g0,30 g0,00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év) A menü	Kelkáposzta főzelék , Pulyka apróhús , Banán	Céklafőzelék , Sült csirkecomb filé , Alma	Sajtmártás, Párolt csirkecomb filé , Burgonya sós , Kivi	Rakott zöldbab , Narancs	Mexikói főzelék , Tojáslepény, Banán
		Energia: 338,41 Kcal / 1 414,55 KJ	Energia: 253,49 Kcal / 1 059,59 KJ	Energia: 347,37 Kcal / 1 452,01 KJ	Energia: 374,82 Kcal / 1 566,75 KJ	Energia: 345,86 Kcal / 1 445,69 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		17,63 g13,23 g2,61 g	18,23 g6,62 g2,34 g	22,54 g9,82 g4,13 g	15,66 g19,64 g8,33 g	13,70 g9,41 g2,83 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó





Heti étlap 2023.01.09. - 2023.01.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00480) Gyermekek (1-3 év) A menü		 	 		  
Uzsonna	(00480) Gyermekek (1-3 év) A menü	Tea gyümölcsös , Petrezselymes túrókrém , Burgonyás kenyér, Zöldpaprika	Tea gyümölcsös , Diós sajtkrém, Rozsos kenyér, Jégsaláta	Tea gyümölcsös , Pikáns halkrém , Kenyér, Lilahagyma	Tea gyümölcsös , Főtt tojás , Margarin Light, Rozsos kenyér, Retek piros	Tea gyümölcsös , Szendvicssaláta, Kenyér, Pritamin paprika
		Energia: 141,07 Kcal / 589,67 KJ	Energia: 179,22 Kcal / 749,14 KJ	Energia: 261,06 Kcal / 1 091,23 KJ	Energia: 214,60 Kcal / 897,03 KJ	Energia: 160,11 Kcal / 669,26 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav	Fehérje Zsír T.Zsír/sav
		3,67 g 2,01 g 0,75 g	4,89 g 6,07 g 2,58 g	4,73 g 15,03 g 2,83 g	7,83 g 9,14 g 2,41 g	3,77 g 3,56 g 2,15 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		25,02 g 3,55 g 0,74 g	24,65 g 3,14 g 0,78 g	27,50 g 3,18 g 0,99 g	23,20 g 3,14 g 0,80 g	25,92 g 3,18 g 0,81 g
		  	  	  	  	  

Élelmezési
osztályvezető

Vezető
dietetikus

Gazdaságvezető