



Heti étlap 2024.12.09. - 2024.12.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Tízórai	(00481) Gyermekek (4-6 év) A menü	Karamell 4-6 év, Pulyka rollsonka, Rozsos stangli, Paradicsom	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Pannónia sajt, szeletelt, Burgonyás kenyér, Uborka	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Borjómájas 1 kg, Rozsos Zsemle, Póréhagyma	Kakaó főzős 4-6 év, Teavaj 100g, Kalács foszlós 500g	Tej 2dl, Vajkrém, Sajtos stangli, Paradicsom										
		Energia: 308,16 Kcal / 1 288,11 KJ	Energia: 145,40 Kcal / 607,77 KJ	Energia: 271,86 Kcal / 1 136,37 KJ	Energia: 179,38 Kcal / 749,81 KJ	Energia: 6,57 Kcal / 27,46 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17,98 g	12,87 g	3,33 g	7,79 g	6,01 g	3,66 g	8,87 g	6,87 g	2,84 g	10,96 g	14,69 g	7,12 g	5,90 g	10,31 g	5,10 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
54,68 g	10,20 g	1,58 g	31,53 g	5,25 g	0,67 g	42,25 g	5,16 g	1,59 g	42,52 g	8,62 g	0,77 g	9,55 g	0,00 g	0,20 g		
Ebéd	(00481) Gyermekek (4-6 év) A menü	Zöldborsófőzelék *mir.* 4-6 év, Vajas párolt csirkemell 4-6 év, Kenyér, Alma	Hagymaleves 4-6 év, Rántott halrúd 4-6 év, Burgonyapüré 150 g 4-6 év, Narancs	Toroskáposzta, Kenyér, Banán	Húsleves friss 4-6 év, Vegyesgyümmártás mir 4-6 év, Főtt sertéshús 4-6 év, Piritott dara 4-6 év, Alma	Tarhonyáshús sert 4-6 év, Céklasaláta, Kivi										
		Energia: 396,46 Kcal / 1 657,20 KJ	Energia: 307,68 Kcal / 1 286,10 KJ	Energia: 561,38 Kcal / 2 346,57 KJ	Energia: 576,21 Kcal / 2 408,56 KJ	Energia: 508,38 Kcal / 2 125,03 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		28,64 g	5,52 g	1,62 g	13,43 g	15,70 g	5,69 g	20,73 g	26,90 g	8,39 g	22,69 g	24,33 g	7,37 g	20,36 g	21,84 g	6,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
64,72 g	5,23 g	2,90 g	64,13 g	0,00 g	1,91 g	57,48 g	0,23 g	2,02 g	78,26 g	12,38 g	2,95 g	57,07 g	7,99 g	2,03 g		





Heti étlap 2024.12.09. - 2024.12.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Uzsonna	(00481) Gyermek (4-6 év) A menü	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Vanliás túrókrém 4-6 év, Zsúr -Erzsébet kenyér	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Padlizsánkrém 4-6 év, Teljeskiőrlésű kenyér	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Sajtkrém, natúr, Kukoricás kenyér, Pritamin paprika	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Kockasajt 8 db-os, Teljeskiőrlésű kenyér, Sörretek	Tea gyümölcsös klf 4-6 év, Mediterrán tojáskrém 4-6 év, Teljeskiőrlésű kenyér, Zöldpaprika										
		Energia: 153,50 Kcal / 641,63 KJ	Energia: 146,99 Kcal / 614,42 KJ	Energia: 161,32 Kcal / 674,32 KJ	Energia: 188,69 Kcal / 788,72 KJ	Energia: 184,55 Kcal / 771,42 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5,02 g	1,89 g	1,05 g	3,22 g	1,33 g	0,50 g	3,40 g	3,50 g	1,70 g	4,82 g	4,05 g	2,39 g	4,56 g	7,00 g	1,31 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28,65 g	8,21 g	0,56 g	30,64 g	5,18 g	0,78 g	35,47 g	5,28 g	0,93 g	30,38 g	5,18 g	1,02 g	30,13 g	5,18 g	0,88 g		

.....
Élelmezési osztályvezető

.....
Vezető dietetikus

.....
Gazdaságvezető

