

Heti étlap 2019.04.22. - 2019.04.26.

		kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00261) Szent Mór óvoda	Tej, Kapros túró, Teljes kiőrlésű kenyér	Tej, Csokis kuglóf	Tej, Liga margarin , Főtt tojás, Paradicsom, Félbarna kenyér	Tejeskávé, Sajtos retelkrém, Teljes kiőrlésű kenyér
		Energia: 233,59 Kcal / 976,41 Kj	Energia: 261,89 Kcal / 1 094,70 Kj	Energia: 301,30 Kcal / 1 259,43 Kj	Energia: 380,56 Kcal / 1 590,74 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		13,63 g 5,55 g 2,85 g	11,25 g 5,90 g 2,63 g	13,76 g 10,39 g 3,66 g	19,06 g 14,29 g 7,99 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
30,49 g 0,05 g 0,93 g	40,10 g 7,25 g 0,27 g	36,99 g 0,20 g 0,39 g	41,98 g 10,06 g 1,30 g		
Ebéd	(00261) Szent Mór óvoda	Zöldbableves , Tavaszi rizseshús, Csemege uborka	Lebbencsleves , Budapest ragu, Párolt rizs, Narancs	Burgonyaleves , Csirkemell pörkölt, Tökfőzelék , Teljes kiőrlésű kenyér	Lencseleves, Sajtos tészta, Alma
		Energia: 438,20 Kcal / 1 831,68 Kj	Energia: 511,57 Kcal / 2 138,36 Kj	Energia: 459,58 Kcal / 1 921,04 Kj	Energia: 535,57 Kcal / 2 238,68 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		18,24 g 11,74 g 3,10 g	21,47 g 15,14 g 2,65 g	24,80 g 13,74 g 1,77 g	21,57 g 18,69 g 6,87 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
64,20 g 1,81 g 1,80 g	71,05 g 0,27 g 1,88 g	56,69 g 0,58 g 2,29 g	69,37 g 0,00 g 0,97 g		
Uzsonna	(00261) Szent Mór óvoda	Magyaros vajkrém, Uborka, Bagett	Kenőmájas, Jégcsap retek, Teljes kiőrlésű zsemle	Gyümölcsös joghurt, Aranykifli	Tej, Fahéjas csiga
		Energia: 180,95 Kcal / 756,37 Kj	Energia: 185,11 Kcal / 773,76 Kj	Energia: 234,16 Kcal / 978,79 Kj	Energia: 294,92 Kcal / 1 232,77 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		5,20 g 4,54 g 0,16 g	7,04 g 5,38 g 2,41 g	7,93 g 4,01 g 1,91 g	9,64 g 13,40 g 6,96 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só





Heti étlap 2019.04.22. - 2019.04.26.

	24,98 g	0,32 g	0,01 g	26,88 g	0,30 g	0,33 g	44,07 g	16,24 g	0,00 g	23,88 g	7,10 g	0,65 g

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!

