











Heti étlap 2019.05.06. - 2019.05.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Tízórai</b>	<b>(00261) Szent Mór óvoda</b>	Kakaó, Liga margarin , Mozzarella sajt, Paradicsom, Félbarna kenyér	Tej, Kakaós kalács	Tej, Liga margarin , Főtt tojás, Uborka, Teljes kiőrlésű kenyér	Tejeskávé, Fokhagymás- petrezselymes vajkrém, Stangli , Zöldhagyma	Tej, Delma margarin, Párizsi sertés felvágott, Hónapos retek, Teljes kiőrlésű kenyér
		Energia: 384,41 Kcal / 1 606,83 KJ	Energia: 269,19 Kcal / 1 125,21 KJ	Energia: 265,54 Kcal / 1 109,96 KJ	Energia: 340,18 Kcal / 1 421,95 KJ	Energia: 264,55 Kcal / 1 105,82 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
		17,03 g 14,58 g 6,53 g	11,30 g 6,70 g 2,78 g	13,16 g 9,52 g 3,35 g	13,52 g 6,47 g 3,48 g	14,12 g 9,02 g 3,64 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
44,88 g 7,42 g 0,61 g	40,05 g 7,10 g 0,27 g	29,98 g 0,05 g 0,95 g	56,53 g 10,51 g 0,43 g	30,01 g 0,08 g 0,89 g		
						
<b>Ebéd</b>	<b>(00261) Szent Mór óvoda</b>	Tarhonyaleves, Sertéspörkölt, Burgonyafőzelék, Teljes kiőrlésű kenyér	Kertészleves, Bácskai rizseshús, Csemege uborka	Paradicsom leves , Tejszínes baconos csirkés penne, Alma	Köménymaglevés, Vagdalt szelet, Felesborsó-főzelék, Teljes kiőrlésű kenyér	Zöldséglevés, Szilvatöltelikes gombóc fahéjas porcukor
		Energia: 532,33 Kcal / 2 225,14 KJ	Energia: 468,04 Kcal / 1 956,41 KJ	Energia: 572,32 Kcal / 2 392,30 KJ	Energia: 520,91 Kcal / 2 177,40 KJ	Energia: 507,62 Kcal / 2 121,85 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
		23,84 g 16,99 g 4,20 g	20,65 g 16,21 g 3,03 g	28,85 g 18,78 g 6,90 g	23,11 g 19,39 g 5,26 g	10,38 g 6,61 g 1,06 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
68,15 g 0,47 g 1,92 g	59,23 g 1,60 g 1,11 g	71,37 g 12,61 g 1,43 g	58,65 g 0,19 g 1,96 g	85,29 g 32,87 g 1,47 g		
						

Heti étlap 2019.05.06. - 2019.05.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>Uzsonna</b>	<b>(00261) Szent Mór óvoda</b>	Körte, Müzliszelet, gyümölcsös	Tej, Kenőmájas, Lilahagyma, Teljes kiőrlésű zsemle	Kocka sajt , Bagett	Szilvás muffin	Gyümölcsös joghurt, Aranykifli										
		Energia: 97,64 Kcal / 408,14 KJ	Energia: 287,18 Kcal / 1 200,41 KJ	Energia: 179,91 Kcal / 752,02 KJ	Energia: 198,11 Kcal / 828,10 KJ	Energia: 234,16 Kcal / 978,79 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		1,44 g	3,04 g	0,00 g	13,84 g	8,38 g	4,04 g	6,44 g	5,42 g	3,30 g	3,15 g	8,09 g	2,19 g	7,93 g	4,01 g	1,91 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
15,80 g	4,00 g	0,01 g	38,70 g	0,30 g	0,57 g	26,96 g	2,02 g	0,24 g	27,90 g	12,85 g	0,49 g	44,07 g	16,24 g	0,00 g		
																

.....  
 Üzletvezet

.....  
 Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!