

Heti étlap 2019.05.13. - 2019.05.17.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(00248) Univ tejmentes óvoda	Rizsital, Liga margarin , Virágméz, Teljes kiőrlésű kenyér			Kakaó, Liga margarin , Főtt tojás, Paradicsom, Teljes kiőrlésű kenyér			Tea, Bécsi rudacska, Ketchup, Teljes kiőrlésű kenyér			Rizsital, Kakaós csiga			Tejeskávé, Sárgarépas margarin, Sörretek, Teljes kiőrlésű kenyér		
		Energia: 239,54 Kcal / 1 001,28 KJ			Energia: 294,13 Kcal / 1 229,46 KJ			Energia: 149,21 Kcal / 623,70 KJ			Energia: 275,00 Kcal / 1 149,50 KJ			Energia: 315,22 Kcal / 1 317,62 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		3,01 g	5,98 g	1,27 g	7,31 g	8,87 g	2,12 g	10,58 g	13,22 g	4,00 g	2,70 g	12,56 g	5,65 g	4,20 g	9,67 g	2,27 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
42,24 g	14,74 g	0,51 g	44,23 g	11,67 g	0,69 g	26,41 g	6,45 g	1,82 g	37,90 g	11,15 g	0,37 g	51,23 g	16,66 g	0,72 g		
																
Ebéd	(00248) Univ tejmentes óvoda	Csontleves, Párolt csirkemell , Gyümölcsmártás, Pírtott dara			Zöldséges zöldbaleves, Rostonhal, Párolt rizs, Csemege uborka			Zöldséglevés , Fokhagymás csirkecomb, Zöldséges bulgur, Káposzta saláta			Zöldséges karfiollevés, Rántott sertésborda, Petrezselymes burgonya, Káposzta saláta			Tárkonyos csirkeraguleves (TEJMENTES), Káposztás kocka, Alma		
		Energia: 440,49 Kcal / 1 841,25 KJ			Energia: 419,80 Kcal / 1 754,76 KJ			Energia: 415,17 Kcal / 1 735,41 KJ			Energia: 512,43 Kcal / 2 141,96 KJ			Energia: 501,73 Kcal / 2 097,23 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		21,95 g	11,21 g	1,27 g	16,72 g	12,52 g	1,82 g	26,47 g	12,29 g	2,04 g	22,95 g	15,96 g	3,04 g	22,03 g	10,62 g	1,44 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
61,79 g	12,65 g	2,05 g	58,93 g	1,33 g	2,09 g	55,93 g	3,05 g	2,36 g	57,20 g	3,00 g	2,02 g	78,41 g	16,98 g	1,75 g		
																
Uzsonna	(00248) Univ tejmentes óvoda	Halkrém, Zöldhagyma , Vizes zsemle			Körte, Vizes zsemle			Gála csemege karaj, Liga margarin , Paprika, Vizes zsemle			Zala felvágott, Liga margarin , Uborka, Vizes zsemle			Puding (TEJMENTES), Vizes zsemle		
		Energia: 279,91 Kcal / 1 170,02 KJ			Energia: 190,49 Kcal / 796,25 KJ			Energia: 258,99 Kcal / 1 082,58 KJ			Energia: 270,31 Kcal / 1 129,90 KJ			Energia: 325,26 Kcal / 1 359,59 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10,89 g	9,41 g	2,31 g	5,91 g	0,94 g	0,10 g	9,53 g	8,36 g	2,24 g	8,29 g	10,32 g	3,10 g	5,85 g	2,24 g	0,26 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
35,63 g	0,29 g	0,11 g	38,27 g	0,27 g	0,01 g	35,19 g	0,37 g	0,10 g	34,89 g	0,33 g	0,57 g	69,35 g	14,25 g	0,01 g		



UNIV ÉTTEREM

Heti étlap 2019.05.13. - 2019.05.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00248) Univ tejmentes óvoda					

..... Üzletvezető Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!