



Heti étlap 2025.07.21. - 2025.07.25.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00012) Bölcsöde	Citromos tea , Reszelt sajt, Félbarna kenyér, Paradicsom	Kakaó, Darált főtt virsli , Félbarna kenyér, Ketchup	Gyümölcs tea, Magyaros szendvicsskrém, Teljes kiörlésű kenyér, Paprika	Vaníliás tej , Margarin, Kifli	Gyümölcs tea, Olasz felvágott, Margarin, Teljes kiörlésű kenyér, Paprika
		Energia: 202,37 Kcal / 845,91 KJ	Energia: 369,96 Kcal / 1 546,43 KJ	Energia: 246,96 Kcal / 1 032,29 KJ	Energia: 244,44 Kcal / 1 021,76 KJ	Energia: 195,57 Kcal / 817,48 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		9,76 g 6,34 g 3,63 g	20,14 g 13,25 g 3,12 g	4,44 g 8,63 g 3,95 g	10,41 g 3,24 g 0,43 g	6,80 g 5,51 g 1,86 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Tízórai	(00012) Bölcsöde	Görögdinnye	Limonádé	Őszibarack	Limonádé	Alma
		Energia: 18,68 Kcal / 78,08 KJ	Energia: 54,51 Kcal / 227,85 KJ	Energia: 24,57 Kcal / 102,70 KJ	Energia: 54,51 Kcal / 227,85 KJ	Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		0,30 g 0,12 g 0,00 g	0,03 g 0,04 g 0,00 g	0,42 g 0,06 g 0,00 g	0,03 g 0,04 g 0,00 g	0,32 g 0,32 g 0,00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00012) Bölcsöde	Parajfőzelék , Főtt tojás, Félbarna kenyér, Alma	Karalábéleves , Budapest sertésragu , Tört burgonya , Céklasaláta	Kelkáposzta főzelék , Vagdalt , Alma	Rizseshús , Csemege uborka	Pandúrleves , Káposztás kocka , Gyümölcs
		Energia: 261,89 Kcal / 1 094,70 KJ	Energia: 448,82 Kcal / 1 876,07 KJ	Energia: 394,99 Kcal / 1 651,06 KJ	Energia: 411,30 Kcal / 1 719,23 KJ	Energia: 416,75 Kcal / 1 742,02 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		13,09 g 10,36 g 1,79 g	17,34 g 19,44 g 5,16 g	17,07 g 18,97 g 5,29 g	12,41 g 14,21 g 3,62 g	15,07 g 6,46 g 0,92 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só





Heti étlap 2025.07.21. - 2025.07.25.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00012) Bölcsöde	Méz, Margarin, Teljes kiörlésű kenyér, Limonádé	Zelleres túrókrém , Félbarna kenyér, Kígyóuborka, Gyümölcs tea	Gyümölcs joghurt, Kifli, Gyümölcs tea	Kockasajt , Félbarna kenyér, Paradicsom, Gyümölcs tea	Ízes levél, Limonádé
		Energia: 193,52 Kcal / 808,91 KJ	Energia: 193,43 Kcal / 808,54 KJ	Energia: 224,55 Kcal / 938,62 KJ	Energia: 206,50 Kcal / 863,17 KJ	Energia: 268,80 Kcal / 1 123,58 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		3,75 g0,68 g0,10 g	7,03 g1,67 g0,67 g	6,88 g3,22 g3,13 g	5,14 g3,27 g1,01 g	3,33 g9,64 g5,22 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		42,09 g21,09 g0,61 g	37,23 g14,99 g1,20 g	41,44 g17,99 g0,49 g	38,17 g14,99 g1,14 g	41,22 g21,79 g0,42 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

