



Heti étlap 2024.10.21. - 2024.10.25.

		hétfő	kedd	csütörtök	péntek
Tízórai	(00013) Óvoda Pécel	Mézes tea, Vajkrém, Félbarna kenyér	Meggyes tea, Zöldfűszeres vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Paprika	Citromos tea , Sajt, lapka, Margarin, Zsemle	Karamell , Kalács, Margarin
		Energia: 273,18 Kcal / 1 141,89 Kj	Energia: 230,03 Kcal / 961,53 Kj	Energia: 206,31 Kcal / 862,38 Kj	Energia: 241,66 Kcal / 1 010,14 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		5,19 g 8,55 g 3,86 g	5,46 g 8,79 g 3,97 g	8,48 g 3,53 g 1,81 g	9,55 g 5,71 g 1,53 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
43,64 g 16,20 g 0,50 g	31,31 g 4,00 g 0,75 g	36,94 g 4,02 g 0,80 g	38,20 g 13,74 g 0,27 g		
Ebéd	(00013) Óvoda Pécel	Fejtett bableves , Milánói spagetti , Reszelt sajt, Alma	Tojásleves , Zöldborsós sertésragu, Párolt rizsköret	Palócleves, Tejbedara , Fahéjas szórát , Teljes kiőrlésű kenyér	Magyaros burgonyaleves , Főtt tojás, Lencsefőzelék , Alma , Teljes kiőrlésű kenyér
		Energia: 655,68 Kcal / 2 740,74 Kj	Energia: 678,84 Kcal / 2 837,55 Kj	Energia: 390,86 Kcal / 1 633,79 Kj	Energia: 690,85 Kcal / 2 887,75 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		26,22 g 22,02 g 6,12 g	24,22 g 26,68 g 6,67 g	12,00 g 6,34 g 1,70 g	33,23 g 18,13 g 3,86 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
86,07 g 2,00 g 0,31 g	84,69 g 0,00 g 4,20 g	70,54 g 18,48 g 1,91 g	88,18 g 3,22 g 1,69 g		





Heti étlap 2024.10.21. - 2024.10.25.

		hétfő	kedd	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00013) Óvoda Pécel	Körözött , Teljes kiőrlésű zsemle	Kockasajt , Stangli vizes	Padlizsán krém , Teljes kiőrlésű kenyér, Lilahagyma	Kakaós csiga
		Energia: 124,26 Kcal / 519,41 Kj	Energia: 144,28 Kcal / 603,09 Kj	Energia: 166,34 Kcal / 695,30 Kj	Energia: 257,18 Kcal / 1 075,01 Kj
		Fehérje 6,10 g Zsír 1,82 g T.Zsírsv 0,77 g	Fehérje 4,66 g Zsír 3,08 g T.Zsírsv 1,00 g	Fehérje 5,72 g Zsír 1,49 g T.Zsírsv 0,29 g	Fehérje 3,80 g Zsír 0,00 g T.Zsírsv 0,00 g
		Szénhidrát 21,24 g Cukor 0,00 g Só 0,66 g	Szénhidrát 23,70 g Cukor 0,00 g Só 1,09 g	Szénhidrát 31,54 g Cukor 0,11 g Só 0,78 g	Szénhidrát 30,90 g Cukor 0,00 g Só 0,00 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

