



### Heti étlap 2021.05.17. - 2021.05.21.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Tízórai</b>	<b>(00481) Óvoda X.</b>	Hideg tej, Trappista sajt, Vaj, Fehér kenyér	Gyümölcsstea, Padlizsánkrém , Teljes kiőrlésű kenyér , Paradicsom	Kakaó, Margarin, Kalács	Citromos tea, Főtt tojás, Vaj, Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcsstea, Csemege szalámi, Margarin, Félbarna kenyér, Paprika
		Energia: 426,90 Kcal / 1 784,44 KJ	Energia: 190,87 Kcal / 797,84 KJ	Energia: 403,52 Kcal / 1 686,71 KJ	Energia: 304,21 Kcal / 1 271,60 KJ	Energia: 311,97 Kcal / 1 304,03 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		20,14 g 21,43 g 11,78 g	6,16 g 2,99 g 0,01 g	12,89 g 10,69 g 4,64 g	10,56 g 12,32 g 4,62 g	9,20 g 11,75 g 3,87 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
37,86 g 0,00 g 1,13 g	34,58 g 5,01 g 0,96 g	52,67 g 13,49 g 0,37 g	37,28 g 10,00 g 0,69 g	29,97 g 5,16 g 1,60 g		
<b>Ebéd</b>	<b>(00481) Óvoda X.</b>	Palócleves sertéshússal, Piskótakocka , Csokiöntet , Alma	Burgonyaleves , Zöldséges rizseshús, Káposztasaláta	Húsleves, Főtt sertéskaraj, Sós kamartás, Főtt burgonya	Csontleves , Cérnametélt , Zöldbabfőzelék, Sült virsli, Müzliszelet, gyümölcsös	Brokkolikrémleves , Levesgyöngy, Csirke pörkölt , Tészta köret szarvacska, Céklasaláta
		Energia: 732,08 Kcal / 3 060,09 KJ	Energia: 388,16 Kcal / 1 622,51 KJ	Energia: 474,17 Kcal / 1 982,03 KJ	Energia: 403,36 Kcal / 1 686,04 KJ	Energia: 566,95 Kcal / 2 369,85 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		24,42 g 31,04 g 8,31 g	11,95 g 14,12 g 3,31 g	26,65 g 15,99 g 3,71 g	13,30 g 22,11 g 7,04 g	27,60 g 13,82 g 2,77 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
84,37 g 15,48 g 2,83 g	52,83 g 0,00 g 4,44 g	53,22 g 9,99 g 7,34 g	39,49 g 7,00 g 2,97 g	81,93 g 4,44 g 3,09 g		





### Heti étlap 2021.05.17. - 2021.05.21.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>Uzsonna</b>	<b>(00481) Óvoda X.</b>	Pulykasonka , Margarin, Zsemle, Kígyóuborka	Párizsi glutén- és szójamentes, Margarin, Félbarna kenyér	Körözött , Teljes kiőrlésű kenyér , Lilahagyma	Pecsenyészír, Újhagyma, Burgonyás kenyér	Túrós batyu										
		Energia: 225,78 Kcal / 943,76 KJ	Energia: 229,18 Kcal / 957,97 KJ	Energia: 173,63 Kcal / 725,77 KJ	Energia: 318,62 Kcal / 1 331,83 KJ	Energia: 251,20 Kcal / 1 050,02 KJ										
		Fehérje 8,42 g	Zsír 2,94 g	T.Zsírsv 0,78 g	Fehérje 7,30 g	Zsír 6,14 g	T.Zsírsv 2,03 g	Fehérje 7,77 g	Zsír 2,07 g	T.Zsírsv 0,80 g	Fehérje 5,74 g	Zsír 19,89 g	T.Zsírsv 7,60 g	Fehérje 8,60 g	Zsír 0,00 g	T.Zsírsv 0,00 g
		Szénhidrát 29,89 g	Cukor 0,00 g	Só 1,02 g	Szénhidrát 24,03 g	Cukor 0,15 g	Só 1,16 g	Szénhidrát 30,70 g	Cukor 0,00 g	Só 1,06 g	Szénhidrát 27,74 g	Cukor 0,00 g	Só 0,32 g	Szénhidrát 41,30 g	Cukor 0,00 g	Só 0,30 g

Elérhetőség: 433-43-05

Fax: 433-43-06

Vidák László

Üzletvezető

" Az étlapváltozás jogát fenntartjuk"

