


Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 <b>Tízórai</b>	<b>Óvodás (4-6 év)</b>	Macikavé Mini kuglóffal			Barackos tea Kenőmájásos Korpás kenyér			Ünnepnap			Citromos tea Sonkakrém Graham kenyér Uborkával			Tej Fatórzs kiffivel		
		Energia: 601.94 Kcal / 2,516.11 Kj			Energia: 282.13 Kcal / 1,179.30 Kj						Energia: 306.25 Kcal / 1,280.13 Kj			Energia: 363.03 Kcal / 1,517.47 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		16.27 g	20.20 g	13.67 g	7.12 g	5.88 g	2.02 g				8.10 g	6.68 g	3.00 g	13.80 g	9.25 g	4.20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
87.38 g	33.49 g	1.30 g	49.79 g	19.98 g	0.92 g				53.03 g	22.18 g	1.11 g	55.72 g	10.75 g	0.89 g		
7		1,(6),(7),(10)						1,7			1,3,7					
<b>Ebéd</b>	<b>Óvodás (4-6 év)</b>	Tejfölös karfiolleves Sertéspörkölt Párolt rizszel			Tavaszi zöldségleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával Gyümölcsnap: Banán, Narancs						Palócgulyás Félbarna kenyérral Sajtos-tejfölös tészta			Erdei gyümölcsleves Rántott csirkemell Újmagmás törtburgonyával Házi káposztasalátával		
		Energia: 487.65 Kcal / 2,038.38 Kj			Energia: 499.00 Kcal / 2,085.82 Kj						Energia: 581.05 Kcal / 2,428.79 Kj			Energia: 774.84 Kcal / 3,238.83 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		19.48 g	22.23 g	4.62 g	15.14 g	18.30 g	4.44 g				23.24 g	21.84 g	8.57 g	23.43 g	34.85 g	5.51 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
52.04 g	0.02 g	1.14 g	67.00 g	8.00 g	1.22 g				72.10 g	0.01 g	5.86 g	90.01 g	20.98 g	3.94 g		
1,7,9		1,3,9						1,7,9,(3)			1,3,7					
<b>Uzsonna</b>	<b>Óvodás (4-6 év)</b>	Margarin Rozskenyér Sonka szelettel Paprikával			Margarinos Zsemle Bécsi felvágottal Jégcsapretekkel						Helyben sült vaníliakrém táska Alma			Kockasajt Korpás zsemeléval		
		Energia: 207.01 Kcal / 865.30 Kj			Energia: 223.68 Kcal / 934.98 Kj						Energia: 417.51 Kcal / 1,745.19 Kj			Energia: 211.91 Kcal / 885.78 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír				Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.82 g	4.56 g	5.91 g	7.66 g	8.53 g	3.33 g				12.31 g	27.06 g	10.07 g	8.88 g	6.60 g	3.85 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só				Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30.62 g	0.00 g	0.98 g	29.09 g	3.12 g	0.97 g				30.16 g	0.00 g	1.40 g	29.00 g	0.00 g	0.76 g		
1,(7)		1,(7)						1,7,(3),(6),(12)			1,7					

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Allergén lista (kód-allergén)

- |          |                |                    |                      |                            |               |
|----------|----------------|--------------------|----------------------|----------------------------|---------------|
| 1-glutén | 4-hal          | 7-tejtermék,laktóz | 10-mustár            | 13-csillagfürt             | 16-édesgyökér |
| 2-rák    | 5-földimogyoró | 8-diófélék         | 11-szezám            | 14-puhatestűek             |               |
| 3-tojás  | 6-szója        | 9-zeller           | 12-kéndioxid-szulfid | 15-mesterséges édesítőszer |               |
- Quadro Byte Zrt 11. oldal

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető  
2024.04.24. 10:41:23 | QB - Élelem