

Heti étlap 2022.09.19. - 2022.09.23.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	
Reggeli	(00012) Bölcsöde Pécel	Gyümölcs tea, Margarin, Sárgabaracklekvár, Zsemle	Tejeskávé , Margarin, Zsemle	Gyümölcs tea, Magyaros vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér	Hideg tej, Sajtos stangli	Citromos tea , Margarin, Soproni felvágott, Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom	
		Energia: 262,52 Kcal / 1 097,33 Kj	Energia: 286,45 Kcal / 1 197,36 Kj	Energia: 188,43 Kcal / 787,64 Kj	Energia: 218,89 Kcal / 914,96 Kj	Energia: 246,49 Kcal / 1 030,33 Kj	
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
		5,47 g 2,61 g 0,60 g	10,39 g 4,85 g 0,92 g	4,08 g 6,12 g 0,08 g	10,77 g 6,80 g 3,77 g	6,05 g 7,25 g 2,41 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
44,80 g 12,42 g 0,79 g	41,34 g 2,00 g 0,79 g	28,73 g 6,99 g 0,60 g	28,40 g 0,00 g 0,17 g	26,80 g 5,02 g 0,70 g			
Tízórai	(00012) Bölcsöde Pécel	Gyümölcs tea	Nektarin	Gyümölcs tea	Alma	Citromos tea	
		Energia: 29,36 Kcal / 122,72 Kj	Energia: 22,11 Kcal / 92,42 Kj	Energia: 29,36 Kcal / 122,72 Kj	Energia: 13,92 Kcal / 58,19 Kj	Energia: 22,75 Kcal / 95,10 Kj	
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
		0,02 g 0,01 g 0,00 g	0,38 g 0,18 g 0,02 g	0,02 g 0,01 g 0,00 g	0,16 g 0,16 g 0,00 g	0,09 g 0,03 g 0,00 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
7,15 g 6,99 g 0,00 g	4,71 g 0,00 g 0,00 g	7,15 g 6,99 g 0,00 g	2,80 g 0,00 g 0,00 g	5,11 g 5,02 g 0,00 g			
Ebéd	(00012) Bölcsöde Pécel	Erőleves , Lencsefőzelék , Főtt virsli , Teljes kiőrlésű kenyér	Bakonyi betyárleves, Metélt tészta, Mákszórás	Tojásleves , Tavaszi rizseshús, Kovászos uborka	Magyaros burgonyaleves , Sertés pörkölt , Tökfőzelék	Gyümölcskrémleves, Hentes tokány , Párolt bulgur	
		Energia: 483,31 Kcal / 2 020,24 Kj	Energia: 322,20 Kcal / 1 346,80 Kj	Energia: 366,19 Kcal / 1 530,67 Kj	Energia: 322,51 Kcal / 1 348,09 Kj	Energia: 404,14 Kcal / 1 689,31 Kj	
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
		24,12 g 19,68 g 6,29 g	12,15 g 7,34 g 1,79 g	10,92 g 11,51 g 2,70 g	9,94 g 18,61 g 4,99 g	15,76 g 18,93 g 6,07 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
46,63 g 3,00 g 1,40 g	50,99 g 14,99 g 0,49 g	54,45 g 0,00 g 3,67 g	27,93 g 5,55 g 0,97 g	42,10 g 7,72 g 1,94 g			





Heti étlap 2022.09.19. - 2022.09.23.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Uzsonna	(00012) Bölcsöde Pécel	Margarin, Szendvicssonka, Félbarna kenyér, Paprika, Gyümölcs tea	Kenőmájas, Teljes kiőrlésű kenyér, Gyümölcs tea	Tonhalkrém, Félbarna kenyér, Gyümölcs tea	Pritaminos túrókrém, Félbarna kenyér, Gyümölcs tea	Gyümölcs joghurt, Kifli, Citromos tea										
		Energia: 228,78 Kcal / 956,30 KJ	Energia: 172,01 Kcal / 719,00 KJ	Energia: 192,00 Kcal / 802,56 KJ	Energia: 153,36 Kcal / 641,04 KJ	Energia: 225,97 Kcal / 944,55 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8,32 g	2,78 g	0,71 g	5,62 g	3,78 g	1,36 g	6,36 g	5,62 g	1,39 g	5,59 g	1,41 g	0,54 g	6,95 g	3,24 g	3,13 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31,09 g	6,99 g	0,96 g	28,07 g	6,99 g	0,80 g	28,78 g	6,99 g	0,52 g	29,37 g	6,99 g	0,90 g	41,39 g	18,01 g	0,49 g		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

