



Heti étlap 2025.06.30. - 2025.07.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00012) Bölcsöde	Citromos tea , Tonhalkrém , Félbarna kenyér	Tejeskávé , Vajkrém, Stangli	Gyümölcs tea, Szendvicskrém darált tökmaggal, Félbarna kenyér	Kakaó, Margarin, Foszlós kalács	Citromos tea , Csicseriborsó krém, Teljes kiőrlésű kenyér, Paprika
		Energia: 183,70 Kcal / 767,87 KJ	Energia: 331,37 Kcal / 1 385,13 KJ	Energia: 204,77 Kcal / 855,94 KJ	Energia: 183,82 Kcal / 768,37 KJ	Energia: 168,86 Kcal / 705,83 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		7,85 g5,57 g1,99 g	12,67 g12,50 g4,30 g	4,77 g8,68 g3,75 g	8,71 g4,87 g1,18 g	5,78 g2,41 g0,50 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		25,08 g4,02 g0,79 g	44,00 g2,00 g0,30 g	26,50 g5,00 g0,68 g	26,61 g6,56 g0,16 g	30,02 g4,02 g0,62 g
Tízórai	(00012) Bölcsöde	Limonádé	Görögdinnye	Nektarin	Alma	Limonádé
		Energia: 54,51 Kcal / 227,85 KJ	Energia: 18,68 Kcal / 78,08 KJ	Energia: 33,16 Kcal / 138,61 KJ	Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ	Energia: 54,51 Kcal / 227,85 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0,03 g0,04 g0,00 g	0,30 g0,12 g0,00 g	0,56 g0,27 g0,03 g	0,32 g0,32 g0,00 g	0,03 g0,04 g0,00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		13,19 g12,99 g0,00 g	3,90 g0,00 g0,01 g	7,06 g0,00 g0,00 g	5,60 g0,00 g0,01 g	13,19 g12,99 g0,00 g
Ebéd	(00012) Bölcsöde	Finomfőzelék , Dínó figurák, Alma	Sertésraguleves , Darásmetélt, Sárgabarack jam	Csirke pörkölt , Paradicsomos burgonyafőzelék, Alma	Zöldbabfőzelék , Dixi fasirt, Gyümölcs	Rántott csirkemell, Petrezselymes burgonya , Almabefőtt
		Energia: 300,02 Kcal / 1 254,08 KJ	Energia: 401,81 Kcal / 1 679,57 KJ	Energia: 350,00 Kcal / 1 463,00 KJ	Energia: 227,64 Kcal / 951,54 KJ	Energia: 325,06 Kcal / 1 358,75 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		14,79 g11,76 g2,21 g	13,62 g6,26 g0,58 g	16,52 g8,76 g0,90 g	11,34 g8,54 g2,90 g	25,76 g6,00 g0,99 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		33,26 g0,72 g1,25 g	72,34 g10,90 g0,25 g	50,40 g6,34 g3,07 g	23,91 g1,00 g1,03 g	41,08 g8,76 g2,32 g





Heti étlap 2025.06.30. - 2025.07.04.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00012) Bölcsöde					
Uzsonna	(00012) Bölcsöde					
		Tojáskrém , Félbarna kenyér, Paradicsom, Gyümölcs tea	Margarin, Zala felvágott, Teljes kiőrlésű kenyér, Kígyóuborka, Gyümölcs tea	Sonka krém , Félbarna kenyér, Paprika, Limonádé	Sajtkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom, Gyümölcs tea	Kifli, Kígyóuborka, Citromos tea
		Energia: 230,88 Kcal / 965,08 KJ	Energia: 164,55 Kcal / 687,82 KJ	Energia: 221,01 Kcal / 923,82 KJ	Energia: 247,12 Kcal / 1 032,96 KJ	Energia: 140,38 Kcal / 586,79 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav	FehérjeZsírT.Zsírsav
		6,26 g4,56 g0,62 g	7,10 g2,78 g0,98 g	6,23 g5,99 g2,86 g	5,00 g8,31 g4,67 g	4,42 g0,35 g0,00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		40,84 g14,99 g0,74 g	26,97 g5,00 g1,04 g	34,98 g12,99 g0,87 g	37,15 g14,99 g0,60 g	29,46 g4,02 g0,01 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

