



Heti étlap 2025.07.14. - 2025.07.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00012) Bölcsöde	Citromos tea , Túrókrém, Félbarna kenyér, Jégcsapretek	Karamell , Csirkemell sonka , Margarin, Teljes kiörlésű kenyér, Kígyóuborka	Gyümölcs tea, Zöldhagymás szendvicskrém , Félbarna kenyér	Kakaó, Margarin, Kalács	Citromos tea , Sajt, lapka, Margarin, Teljes kiörlésű kenyér, Kígyóuborka
		Energia: 155,36 Kcal / 649,40 KJ	Energia: 274,82 Kcal / 1 148,75 KJ	Energia: 176,07 Kcal / 735,97 KJ	Energia: 199,65 Kcal / 834,54 KJ	Energia: 169,26 Kcal / 707,51 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		7,57 g2,08 g0,76 g	14,92 g3,94 g0,64 g	5,12 g5,17 g0,00 g	9,33 g5,61 g1,57 g	6,96 g3,51 g1,89 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Tízórai	(00012) Bölcsöde	Nektarin	Görögdinnye	Alma	Sárgadinnye	Alma
		Energia: 33,17 Kcal / 138,65 KJ	Energia: 18,68 Kcal / 78,08 KJ	Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ	Energia: 24,28 Kcal / 101,49 KJ	Energia: 27,83 Kcal / 116,33 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0,56 g0,28 g0,03 g	0,30 g0,12 g0,00 g	0,32 g0,32 g0,00 g	0,18 g0,06 g0,00 g	0,32 g0,32 g0,00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	(00012) Bölcsöde	Brokkolikrémleves , Levesgyöngy , Paprikás burgonya virslivel, Félbarna kenyér, Csemege uborka	Zöldbableves, Milánói halragu, Főtt tészta	Gyümölcsleves , Zöldséges sertésragu, Párolt bulgur	Daragaluska leves , Szilvalekváros gombóc , Fahéjas szórat	Csirke pörkölt , Lencsefőzelék , Gyümölcs
		Energia: 421,18 Kcal / 1 760,53 KJ	Energia: 579,75 Kcal / 2 423,36 KJ	Energia: 314,56 Kcal / 1 314,86 KJ	Energia: 577,42 Kcal / 2 413,62 KJ	Energia: 431,07 Kcal / 1 801,87 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		13,80 g13,10 g3,97 g	13,35 g35,38 g7,46 g	14,68 g8,46 g1,65 g	14,63 g6,24 g0,58 g	26,99 g14,23 g2,76 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó





Heti étlap 2025.07.14. - 2025.07.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00012) Bölcsöde					
Uzsonna	(00012) Bölcsöde					
		Sárgabarck jam, Margarin, Félbarna kenyér, Citromos tea	Vajkrém, Félbarna kenyér, Paprika, Limonádé	Házi szárnyashúskrém , Félbarna kenyér, Paprika, Gyümölcs tea	Főtt tojás, Margarin, Teljes kiörlésű kenyér, Paradicsom, Limonádé	Vaníliás túrókrém , Félbarna kenyér, Citromos tea
		Energia: 146,70 Kcal / 613,21 KJ	Energia: 237,84 Kcal / 994,17 KJ	Energia: 218,84 Kcal / 914,75 KJ	Energia: 231,25 Kcal / 966,63 KJ	Energia: 148,62 Kcal / 621,23 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		4,10 g0,50 g0,02 g	4,69 g8,50 g3,87 g	7,00 g4,58 g1,66 g	9,31 g5,52 g1,35 g	6,10 g1,60 g0,63 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		30,96 g9,22 g0,70 g	35,11 g12,99 g0,68 g	37,03 g14,99 g0,96 g	35,03 g12,99 g0,75 g	27,01 g5,52 g0,69 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

