

Étlap

2024. május 20 - 2024. május 24

Menük	Étkezés	2024.05.20 Hétfő	2024.05.21 Kedd	2024.05.22 Szerda	2024.05.23 Csütörtök	2024.05.24 Péntek
bölcsőde bölcsőde	Reggeli		Kakaó, kalács ^{1,3,7} E: 274,05kcal Zsír: 6,54g Tel.zsír.: 3,00g Feh.: 10,03g CH: 43,47g Cuk.: 22,08g Só: 0,62g Ca: 171,00mg	Teljeskiörlesű kenyér ^{1,3,7} , Tojáskrém ^{3,7,10} , Gyümölcs tea E: 168,21kcal Zsír: 6,76g Tel.zsír.: 1,70g Feh.: 6,72g CH: 19,55g Cuk.: 0,84g Só: 0,58g Ca: 1,00mg	Kifli ^{1,3} , Joghurt eperrel ⁷ E: 173,31kcal Zsír: 3,22g Tel.zsír.: 1,56g Feh.: 6,62g CH: 29,18g Cuk.: 6,38g Só: 0,87g Ca: 96,00mg	Retek, gépsonka, Csipkebogyó tea, Kenyer félbarna ^{1,3,7} E: 167,08kcal Zsír: 2,21g Tel.zsír.: 0,62g Feh.: 9,90g CH: 26,80g Cuk.: 5,00g Só: 1,00g Ca: mg
	Tízórai		almalé szűrt 50%-os E: 108,00kcal Zsír: 0,60g Tel.zsír.: g Feh.: 0,20g CH: 27,14g Cuk.: g Só: g Ca: mg	szőlőlé szűrt 12%-os E: 117,60kcal Zsír: g Tel.zsír.: g Feh.: 0,05g CH: 28,90g Cuk.: 28,90g Só: 0,01g Ca: mg	Rostos gyümölcslé E: 51,60kcal Zsír: g Tel.zsír.: g Feh.: 0,20g CH: 12,30g Cuk.: g Só: g Ca: mg	őszibarack-alma rostos 50%-os E: 106,60kcal Zsír: 0,32g Tel.zsír.: g Feh.: 0,42g CH: 26,34g Cuk.: g Só: g Ca: mg
	Ebéd		Orjaleves eperlevéllel ^{1,8,9} , Natúr csirkemell roston ¹ , Finomfőzelék ^{1,7} , Kenyer félbarna ebédhez ^{1,3,7} E: 286,99kcal Zsír: 7,71g Tel.zsír.: 0,91g Feh.: 22,28g CH: 31,24g Cuk.: 8,21g Só: 1,57g Ca: 22,80mg	Hamis betyár leves ^{1,7} , Hentestokány, Párolt rizs E: 347,19kcal Zsír: 13,14g Tel.zsír.: 2,54g Feh.: 17,45g CH: 39,00g Cuk.: 3,93g Só: 1,39g Ca: 20,00mg	Hagymaleves ^{1,7,8} , Levesgyöngy betét ^{1,3,7} , Húsos makaróni ^{1,7} E: 460,01kcal Zsír: 24,99g Tel.zsír.: 5,10g Feh.: 17,34g CH: 39,70g Cuk.: 5,90g Só: 1,17g Ca: 90,00mg	Fánk ^{1,3,7} , Mészáros leves ^{1,3} E: 440,72kcal Zsír: 15,37g Tel.zsír.: 1,68g Feh.: 18,60g CH: 54,00g Cuk.: 7,17g Só: 0,49g Ca: 28,60mg
	Uzsonna		Kifli ^{1,3} , kockasajt ⁷ , Zöldáru uborka E: 143,45kcal Zsír: 2,84g Tel.zsír.: g Feh.: 5,47g CH: 23,89g Cuk.: 0,09g Só: 0,63g Ca: mg	Mogyorókrém ⁵ , kenyer ^{1,3,7} E: 211,40kcal Zsír: 5,05g Tel.zsír.: 1,58g Feh.: 5,98g CH: 35,30g Cuk.: 7,20g Só: 1,12g Ca: mg	Ivólé, nápolyi ^{1,7} E: 123,38kcal Zsír: 5,77g Tel.zsír.: 1,96g Feh.: 1,34g CH: 16,42g Cuk.: 10,98g Só: 0,05g Ca: mg	Túrórudi ^{5,7} E: 54,60kcal Zsír: 2,82g Tel.zsír.: 2,30g Feh.: 1,43g CH: 5,90g Cuk.: 5,73g Só: 0,00g Ca: mg

A változás jogát fenntartjuk!

Allergének:

- Glutént tartalmazó gabona
- Rákfélék és azokból készült termékek
- Tojás és abból készült termékek
- Halak és azokból készült termékek
- Földimogyoró és abból készült termékek
- Szójabab és abból készült termékek
- Tej és abból készült termékek
- Diófélék
- Zeller és abból készült termékek
- Mustár és abból készült termékek
- Szezámag és abból készült termékek
- Kén-dioxid
- Puhatestűek
- Csillagfürt