

		kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00003) Óvoda normál 4-6 év	Gyümölcs tea 4-6, Főtt virsli kornspitz,jégsali [1,6,10,(7)]	Zabkása erdei öntettel[1]	Tej 4-6[7], Kakaós csiga friss[1,7]	Gyümölcs tea 4-6, Sonkás tk szendvics 4-6 [1,7,(6)]
		Energia: 306.22 Kcal / 1,280.00 KJ	Energia: 144.97 Kcal / 605.97 KJ	Energia: 500.17 Kcal / 2,090.71 KJ	Energia: 349.38 Kcal / 1,460.41 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		11.91 g 12.28 g 4.29 g	2.57 g 1.27 g 0.21 g	12.30 g 22.40 g 11.53 g	13.66 g 17.57 g 5.49 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00003) Óvoda normál 4-6 év	Vegyes gyümölcsleves 4-6[1,7], Csikós tokány 4-6 [1,7,12], Tészta köret 4-6 [1]	Tavaszi zöldségleves 4-6 [1,9], Zöldborsófőzelék 4-6[1,7], Sült virsli 4-6 (1,6,7,10)	Magyaros zöldbableves 4-6, Muszaka sertéshússal 4-6[7,12]	Csirkeraguleves+galuska 4-6[1,3,10], Rántott csirkemell 4-6[1,3], Bulgur köret 4-6[1]
		Energia: 440.15 Kcal / 1,839.83 KJ	Energia: 453.35 Kcal / 1,895.00 KJ	Energia: 422.87 Kcal / 1,767.60 KJ	Energia: 609.59 Kcal / 2,548.09 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		25.29 g 10.18 g 3.39 g	21.90 g 19.99 g 5.53 g	17.97 g 17.87 g 5.98 g	48.83 g 24.39 g 3.25 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(00003) Óvoda normál 4-6 év	Melegszendvics sonkás ubi 4-6[1,7,(6)]	Pizzás csiga[1,7]	Tojáskrémes háromszög tk 4-6[1,3,7,10]	Sajtos pogácsa kicsi (50g)[1,3,7], Alma
		Energia: 163.34 Kcal / 682.76 KJ	Energia: 371.95 Kcal / 1,554.75 KJ	Energia: 80.37 Kcal / 335.95 KJ	Energia: 225.20 Kcal / 941.34 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		9.02 g 11.42 g 7.03 g	5.82 g 25.72 g 6.79 g	2.78 g 3.39 g 0.99 g	4.92 g 11.02 g 5.35 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só