

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00003) Óvoda normál 4-6 év					
		Limonádé, Májkrémes háromszög tv paprika(6,10)	Zabkása erdei öntettel[1,7]	Gyümölcs tea, Főtt virsli komspitz,paprika[1,3,7,(6,8, 10,11)]	Kakaó [7,(1)], HA-SI 90g	Gyümölcs tea, Csirkemell sonka eFeF(6), Trapista sajt[7], Zsemle, teljes kiőrlésű 60g (lthorkafőző)
		Energia: 27.20 Kcal / 113.70 KJ	Energia: 281.06 Kcal / 1,174.83 KJ	Energia: 411.90 Kcal / 1,721.74 KJ	Energia: 189.88 Kcal / 793.70 KJ	Energia: 165.73 Kcal / 692.75 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír/sav 0.47 g 0.51 g 0.15 g Szénhidrát Cukor Só 4.94 g 4.05 g 0.02 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 10.42 g 4.72 g 1.80 g Szénhidrát Cukor Só 40.50 g 18.09 g 0.02 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 14.97 g 19.02 g 4.98 g Szénhidrát Cukor Só 44.59 g 14.79 g 2.26 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 7.54 g 3.87 g 2.14 g Szénhidrát Cukor Só 21.34 g 19.98 g 0.02 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 12.76 g 3.79 g 2.94 g Szénhidrát Cukor Só 13.06 g 10.31 g 0.86 g
Ebéd	(00003) Óvoda normál 4-6 év					
		Burgonyakrémléves b.[1,3,7,(6,12)], Majorannás csirketokány[1,7], Tészta köret 7-10[1,3], Savanyú káposzta(12)	Magyaros zöldbaleves 4- 6[7,(1,3,6,12)], Vargabéles B.[1,3,7]	Zellerkrémléves friss 7- 10[1,7,9], Levesgyöngy[1,3,7], Tikka Masala 7-10[7,12], Jázmin rizs B.	Csirkebecsinált leves 4- 6[1], Rakott kelkáposzta- sertés4-6[7,(1)]	Kukoricakrémléves mir. 19- 69[1,7], Hawaii csirkemell 7- 10, Burgonyapüré 250 g[7], Párolt kelbimbó mir. 19-69
		Energia: 433.59 Kcal / 1,812.41 KJ	Energia: 577.83 Kcal / 2,415.33 KJ	Energia: 605.95 Kcal / 2,532.87 KJ	Energia: 427.60 Kcal / 1,787.37 KJ	Energia: 792.50 Kcal / 3,312.65 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír/sav 28.87 g 20.90 g 4.89 g Szénhidrát Cukor Só 68.73 g 0.05 g 3.28 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 22.00 g 25.32 g 7.16 g Szénhidrát Cukor Só 86.46 g 13.39 g 3.11 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 29.89 g 21.55 g 4.84 g Szénhidrát Cukor Só 85.60 g 0.05 g 0.84 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 32.95 g 27.72 g 6.96 g Szénhidrát Cukor Só 38.78 g 1.72 g 4.13 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 41.30 g 37.06 g 8.22 g Szénhidrát Cukor Só 84.03 g 5.13 g 7.77 g
Uzsonna	(00003) Óvoda normál 4-6 év					
		Házi gyüm.joghurt műzslivel[1,7,(5,6,8,11,12)]	Tortilla sajtos T és U[1,3,7,10,(11)]	Sonkás pizsazet	Zöldséghasáb tízórai 19-69, Sajtkrém, natur kg[7,(1)], Teljeskiőrlésű kenyészós	Banán, Zabpelyhes keksz db[1,(3,6,7,8)]
		Energia: 300.92 Kcal / 1,257.85 KJ	Energia: 189.69 Kcal / 792.90 KJ	Energia: 460.81 Kcal / 1,926.19 KJ	Energia: 158.74 Kcal / 663.53 KJ	Energia: 91.38 Kcal / 381.97 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír/sav 8.69 g 7.84 g 4.54 g Szénhidrát Cukor Só 48.34 g 23.59 g 0.42 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 9.61 g 5.18 g 5.70 g Szénhidrát Cukor Só 10.94 g 0.48 g 0.03 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 18.00 g 4.08 g 0.74 g Szénhidrát Cukor Só 87.48 g 0.00 g 0.74 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 5.11 g 1.83 g 0.90 g Szénhidrát Cukor Só 31.26 g 1.80 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 1.21 g 0.47 g 0.10 g Szénhidrát Cukor Só 20.15 g 0.00 g 0.04 g