win MENZA

11. hét 2023.03.13. - 2023.03.17. H - P

Tulajdonos: [Szalkszentmártoni Polgármesteri Hivatal] - 6086 Szalkszentmárton, Jókai u.2.

37/2014 (IV.30) EMMI rendelet alapján a tápanyagértékek 1 adagra értendőek!

2023.03.09. 10:01:10

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
01 óvoda t	Kalács (Fonott) Kakaó 1 (házi)	Felvágott (Baromfipárizsi) Margarin (Liga) Kenyér (Búza kenyér)		Felvágott (Csirke-sonka) Margarn (Delma) Kenyér (Félbarna)	Kifli (Korpás) Tejeskávé
	energia: 342KCal/1430KJ fehérje: 14,5g zsír/telített: 9,3g/2g szénhidrát: 49,0g cukor: 13,1g só.: 0,59g	energia: 169KCal/708KJ fehérje: 6,7g zsír/telített: 4,1g/0g szénhidrát: 21,2g cukor: 1,2g só.: 1,27g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 197KCal/825KJ fehérje: 9,5g zsír/telített: 7,4g/1g szénhidrát: 24,2g cukor: 0,1g só.: 1,47g	energia: 490KCal/2052KJ fehérje: 17,1g zsír/telített: 5,4g/3g szénhidrát: 54,3g cukor: 37,0g só.: 1,37g
02 ovóda ebéd	Lencseleves 1. Burgonyás tészta 1. Csemege uborka	Daragaluska leves 1. Paradicsomos húsgombóc 1. Kenyér (Teljes kiőrlésű)		Zöldbableves 1. Sajtos csirkemell 1. Párolt bulgur1	Karfiolleves 1. Cigánypecsenye 1 Petrezselymes burgonya 1.
	energia: 631KCal/2641KJ fehérje: 13,4g zsír/telített: 17,2g/3g szénhidrát: 91,8g cukor: 1,8g só.: 1,05g	energia: 422KCal/1764KJ fehérje: 17,7g zsír/telített: 12,9g/2g szénhidrát: 46,4g cukor: 10,2g só.: 1,21g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 403KCal/1687KJ fehérje: 24,5g zsír/telített: 21,8g/8g szénhidrát: 23,4g cukor: 2,4g só.: 0,69g	energia: 646KCal/2704KJ fehérje: 21,9g zsír/telített: 32,6g/1g szénhidrát: 56,7g cukor: 0,2g só.: 1,71g
03 óvoda uzsonna	Baromfi májkrém Kenyér (Félbarna) Kígyóuborka	Vajkrém -natúr/ízes Kenyér (Félbarna)		Joghurt (Gyümölcsös)	Túró Rudi Alma
	energia: 235KCal/983KJ fehérje: 9,4g zsír/telített: 9,3g/2g szénhidrát: 26,0g cukor: 0,0g só.: 1,52g	energia: 151KCal/632KJ fehérje: 5,2g zsír/telített: 2,5g/1g szénhidrát: 24,4g cukor: 0,2g só.: 1,09g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 101KCal/422KJ fehérje: 3,3g zsír/telített: 3,2g/2g szénhidrát: 14,0g cukor: 13,0g só.: 0,18g	energia: 156KCal/651KJ fehérje: 2,2g zsír/telített: 6,3g/4g szénhidrát: 21,9g cukor: 20,5g só.: 0,03g
	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g
	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített: 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g

Jó étvágyat kívánunk!