win MENZA

14. hét 2023.04.03. - 2023.04.07. H - P

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

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

2023.03.30. 9:11:06

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
01 óvoda t	Forralt tej 1. Kifli (Magvas) Dzsem (25G)	Felvágott (Tavaszi) Margarin (Liga) Kenyér (Búza kenyér) Tejeskávé	Tejbedara 1.	Felvágott (Zala) Margarin (Delma) Kenyér (Félbarna)	
	energia: 267KCal/1115KJ fehérje: 12,3g zsír/telített 4,8g/0g szénhidrát: 40,6g cukor: 10,6g só.: 1,00g	energia: 381KCal/1596KJ fehérje: 15,4g zsír/telített 7,4g/3g szénhidrát: 57,7g cukor: 35,1g só.: 1,54g	energia: 238KCal/996KJ fehérje: 9,6g zsír/telített 3,5g/2g szénhidrát: 40,4g cukor: 18,3g só.: 0,27g	energia: 214KCal/896KJ fehérje: 8,1g zsír/telített 10,0g/1g szénhidrát: 24,3g cukor: 0,1g só.: 1,53g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g
02 ovóda ebéd	Betyárleves 1 Burgonyás tészta 1. Csemege uborka	Csontleves 1. Zöldbabfőzelék 1. Sertés pörkölt 1 Kenyér (Teljes kiőrlésű)	Paradicsomleves 1. Rántott sertés szelet 1. Burgonyapüré 1.	Fokhagyma krémleves1 Csirkemell ínyenc zöldségágyon 1 Párolt rizs 1.	
	energia: 629KCal/2633KJ fehérje: 15,1g zsír/telített 19,6g/3g szénhidrát: 83,5g cukor: 1,7g só.: 2,05g	energia: 387KCal/1621KJ fehérje: 12,6g zsír/telített 18,7g/3g szénhidrát: 29,4g cukor: 2,2g só.: 0,96g	energia: 1239KCal/5185K fehérje: 23,8g zsír/telített 86,8g/2g szénhidrát: 77,7g cukor: 12,1g só.: 1,48g	energia: 562KCal/2353KJ fehérje: 25,0g zsír/telített 21,9g/3g szénhidrát: 62,8g cukor: 2,4g só.: 1,02g	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g
03 óvoda uzsonna	Baromfi májkrém Kenyér (Félbarna)	Sajtkrém Kenyér (Félbarna)	Krémtúró (Vanília)	Vajkrém -natúr/ízes Kenyér (Teljes kiőrlésű)	
	energia: 235KCal/983KJ fehérje: 9,4g zsír/telített 9,3g/2g szénhidrát: 26,0g cukor: 0,0g só.: 1,52g	energia: 133KCal/556KJ fehérje: 5,1g zsír/telített 0,7g/0g szénhidrát: 24,2g cukor: 0,1g só.: 1,01g	energia: 598KCal/2500KJ fehérje: 0,0g zsír/telített 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g	energia: 158KCal/660KJ fehérje: 6,5g zsír/telített 2,7g/1g szénhidrát: 9,5g cukor: 1,7g só.: 0,64g	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	energia: 0KCal/0KJ fehérje: 0,0g zsír/telített 0,0g/0g szénhidrát: 0,0g cukor: 0,0g só.: 0,00g

Jó étvágyat kívánunk!