

Étkezés

Hétfő

Kedd

Szerda

Csütörtök

Péntek

01 óvoda t	JOGHURT, GYÜMÖLCSÖS 125g KENYÉR (FEHÉR HÁZI JELLEGŰ)	CSAVART SZEZAMOS TEJ, UHT (1,5 %) dobozos	SAJT, KOCCASAJT 200g/dob ZSEMLE, KORPAS tea, lipton zöldtea 1	FELVAGOTT, báji uzsonna MARGARIN, DELMA JOGG.ETK. KIFLI, MAGVAS	KENYÉR (teljes kiőrlésű) tea, gyümölcsös 1
	<p>energia: 250/9</p> <p>fehérje: 3,4g/2g</p> <p>zsírfelület: 0,72g</p> <p>szénhidrát: 28/9</p> <p>széncukor: 13,7g</p> <p>széncukor: 0,72g</p>	<p>energia: 13,9g</p> <p>fehérje: 28,6g/5g</p> <p>zsírfelület: 0,80g</p> <p>szénhidrát: 17,8g</p> <p>széncukor: 8,0g</p>	<p>energia: 10,0g</p> <p>fehérje: 3,5g/2g</p> <p>zsírfelület: 1,10g</p> <p>szénhidrát: 3,1g</p> <p>széncukor: 50/7g</p>	<p>energia: 108,0g</p> <p>fehérje: 15,8g/0g</p> <p>zsírfelület: 0,60g</p> <p>szénhidrát: 0,9g</p> <p>széncukor: 488,9g</p>	<p>energia: 4,2g</p> <p>fehérje: 0,9g/0g</p> <p>zsírfelület: 0,56g</p> <p>szénhidrát: 4,9g</p> <p>széncukor: 12,7g</p>
	<p>energia: 27,8g/9g</p> <p>fehérje: 25,1g</p> <p>zsírfelület: 2,20g</p> <p>szénhidrát: 48,5g</p> <p>széncukor: 15,8g</p>	<p>energia: 17,7g</p> <p>fehérje: 35,7g/0g</p> <p>zsírfelület: 1,77g</p> <p>szénhidrát: 0,7g</p> <p>széncukor: 31,3g</p>	<p>energia: 16,4g</p> <p>fehérje: 14,1g/2g</p> <p>zsírfelület: 1,20g</p> <p>szénhidrát: 78,8g</p> <p>széncukor: 4,0g</p>	<p>energia: 18,5g</p> <p>fehérje: 26,9g/0g</p> <p>zsírfelület: 3,01g</p> <p>szénhidrát: 55,9g</p> <p>széncukor: 1,0g</p>	<p>energia: 22,0g</p> <p>fehérje: 11,9g/0g</p> <p>zsírfelület: 4,18g</p> <p>szénhidrát: 66,3g</p> <p>széncukor: 11,7g</p>
02 óvoda ebéd	<p>Karalábéleves (magyaros) 1. Natur sertésszelet 1. Finomfőzelék 1.</p>	<p>Tarhonyaleves 1. Csikostökány 1 Főtt tészta (szarvascska) 1.</p>	<p>Vajkrém 200g izes KENYÉR (teljes kiőrlésű) RETEK, HÓNAPOS</p>	<p>GABONÁS OMLÓS KEKSZ 40G TEJ, UHT (1,5 %) dobozos</p>	<p>TURO RUDI 30g ALMA</p>
03 óvoda uzsonna	<p>SERTESMAJKRÉM (50 G) ZSEMLE, ZABOS KIGYÓUBORKA</p> <p>energia: 95,6g</p> <p>fehérje: 40,4g/8g</p> <p>zsírfelület: 12,41g</p> <p>szénhidrát: 455,4g</p> <p>széncukor: 13,2g</p>	<p>energia: 5,5g</p> <p>fehérje: 9,8g/4g</p> <p>zsírfelület: 0,55g</p> <p>szénhidrát: 18,5g</p> <p>széncukor: 1,8g</p>	<p>energia: 7,0g</p> <p>fehérje: 4,0g/2g</p> <p>zsírfelület: 1,00g</p> <p>szénhidrát: 14,5g</p> <p>széncukor: 1,8g</p>	<p>energia: 13,8g</p> <p>fehérje: 21,3g/1g</p> <p>zsírfelület: 0,64g</p> <p>szénhidrát: 71,3g</p> <p>széncukor: 32,2g</p>	<p>energia: 145,3g</p> <p>fehérje: 1,82,5g/0g</p> <p>zsírfelület: 0,01g</p> <p>szénhidrát: 320,2g</p> <p>széncukor: 10,2g</p>
	<p>energia: 0,0g</p> <p>fehérje: 0,0g/0g</p> <p>zsírfelület: 0,00g</p> <p>szénhidrát: 0,0g</p> <p>széncukor: 0,00g</p>	<p>energia: 0,0g</p> <p>fehérje: 0,0g</p> <p>zsírfelület: 0,00g</p> <p>szénhidrát: 0,0g</p> <p>széncukor: 0,00g</p>	<p>energia: 0,0g</p> <p>fehérje: 0,0g</p> <p>zsírfelület: 0,00g</p> <p>szénhidrát: 0,0g</p> <p>széncukor: 0,0g</p>	<p>energia: 0,0g</p> <p>fehérje: 0,0g/0g</p> <p>zsírfelület: 0,00g</p> <p>szénhidrát: 0,0g</p> <p>széncukor: 0,00g</p>	<p>energia: 0,0g</p> <p>fehérje: 0,0g</p> <p>zsírfelület: 0,00g</p> <p>szénhidrát: 0,0g</p> <p>széncukor: 0,00g</p>
	<p>energia: 0,0g</p> <p>fehérje: 0,0g/0g</p> <p>zsírfelület: 0,00g</p> <p>szénhidrát: 0,0g</p> <p>széncukor: 0,00g</p>	<p>energia: 0,0g</p> <p>fehérje: 0,0g/0g</p> <p>zsírfelület: 0,00g</p> <p>szénhidrát: 0,0g</p> <p>széncukor: 0,00g</p>	<p>energia: 0,0g</p> <p>fehérje: 0,0g</p> <p>zsírfelület: 0,00g</p> <p>szénhidrát: 0,0g</p> <p>széncukor: 0,00g</p>	<p>energia: 0,0g</p> <p>fehérje: 0,0g/0g</p> <p>zsírfelület: 0,00g</p> <p>szénhidrát: 0,0g</p> <p>széncukor: 0,00g</p>	<p>energia: 0,0g</p> <p>fehérje: 0,0g</p> <p>zsírfelület: 0,00g</p> <p>szénhidrát: 0,0g</p> <p>széncukor: 0,00g</p>