

Ékezés		Hétfő		Kedd		Szerda		Csütörtök		Péntek						
01 óvodai t	SAJT, KOCCASAJT 200g/dob KENYÉR (FEHÉR HÁZI JELLEŰ) tea, lipton zöldtea 1	energia: 103,64 kJ	fehérje: 3,5g	zsírtartalom: 2,1g/1g	energia: 10,5g	fehérje: 10,5g	zsírtartalom: 5,6g/3g	energia: 130,64 kJ	fehérje: 8,6g	zsírtartalom: 3,8g/3g	energia: 487,64 kJ	fehérje: 14,2g	zsírtartalom: 13,9g/5g	energia: 193,64 kJ	fehérje: 10,1g	zsírtartalom: 5,1g/0g
		szénhidrát: 13,9g	cukor: 1,4g	só: 0,04g	szénhidrát: 40,0g	cukor: 34,8g	só: 0,41g	szénhidrát: 14,3g	cukor: 12,9g	só: 0,28g	szénhidrát: 68,4g	cukor: 13,9g	só: 1,10g	szénhidrát: 22,3g	cukor: 1,2g	só: 1,05g
02 óvodai ebéd	Gulyásleves, zöldseges 1. Diós guba 1.	energia: 886,64 kJ	fehérje: 32,9g	zsírtartalom: 26,0g/4g	energia: 23,7g	fehérje: 23,7g	zsírtartalom: 20,1g/5g	energia: 53,6g	fehérje: 25,3g	zsírtartalom: 26,0g/0g	energia: 19,2g	fehérje: 19,2g	zsírtartalom: 20,3g/5g	energia: 406,64 kJ	fehérje: 23,1g	zsírtartalom: 12,2g/7g
		szénhidrát: 66,6g	cukor: 23,4g	só: 2,34g	szénhidrát: 75,4g	cukor: 1,9g	só: 3,33g	szénhidrát: 53,6g	cukor: 0,3g	só: 1,7g	szénhidrát: 21,7g	cukor: 3,5g	só: 1,40g	szénhidrát: 50,8g	cukor: 25,9g	só: 0,53g
03 óvodai uzsonna	HARCOSA PASTETOM 105G ZSEMLE, ZABOS KIGYÓUBORKA	energia: 266,64 kJ	fehérje: 96,1g	zsírtartalom: 134,3g/9g	energia: 5,3g	fehérje: 5,3g	zsírtartalom: 3,8g/0g	energia: 22,8g	fehérje: 5,0g	zsírtartalom: 3,4g/2g	energia: 7,1g	fehérje: 7,1g	zsírtartalom: 10,0g/3g	energia: 486,64 kJ	fehérje: 7,3g	zsírtartalom: 23,5g/3g
		szénhidrát: 454,4g	cukor: 13,1g	só: 12,49g	szénhidrát: 18,7g	cukor: 1,5g	só: 0,65g	szénhidrát: 22,8g	cukor: 1,5g	só: 1,08g	szénhidrát: 80,2g	cukor: 39,3g	só: 0,09g	szénhidrát: 59,4g	cukor: 8,4g	só: 0,60g
		energia: 0,0g	fehérje: 0,0g	zsírtartalom: 0,0g/0g	energia: 0,0g	fehérje: 0,0g	zsírtartalom: 0,0g/0g	energia: 0,0g	fehérje: 0,0g	zsírtartalom: 0,0g/0g	energia: 0,0g	fehérje: 0,0g	zsírtartalom: 0,0g/0g	energia: 0,0g	fehérje: 0,0g	zsírtartalom: 0,0g/0g
		szénhidrát: 0,0g	cukor: 0,0g	só: 0,00g	szénhidrát: 0,0g	cukor: 0,0g	só: 0,00g	szénhidrát: 0,0g	cukor: 0,0g	só: 0,00g	szénhidrát: 0,0g	cukor: 0,0g	só: 0,00g	szénhidrát: 0,0g	cukor: 0,0g	só: 0,00g
		energia: 0,0g	fehérje: 0,0g	zsírtartalom: 0,0g/0g	energia: 0,0g	fehérje: 0,0g	zsírtartalom: 0,0g/0g	energia: 0,0g	fehérje: 0,0g	zsírtartalom: 0,0g/0g	energia: 0,0g	fehérje: 0,0g	zsírtartalom: 0,0g/0g	energia: 0,0g	fehérje: 0,0g	zsírtartalom: 0,0g/0g
		szénhidrát: 0,0g	cukor: 0,0g	só: 0,00g	szénhidrát: 0,0g	cukor: 0,0g	só: 0,00g	szénhidrát: 0,0g	cukor: 0,0g	só: 0,00g	szénhidrát: 0,0g	cukor: 0,0g	só: 0,00g	szénhidrát: 0,0g	cukor: 0,0g	só: 0,00g

Jó étvágyat kívánunk!