



Heti étlap 2024.11.18. - 2024.11.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Tízórai	(00481) Gyermek (4-6 év) Ovi	Tej 1,5% Dobozos, Croissant sajtos	Teljes kiőrlésű kenyér, Kenőmájás, Tea 2dl, Sárgarépa	Tejescávé ovi, Teljes kiőrlésű kenyér, Margarin Light, Reszelt sajt	Margarin Light, Tea 2dl, Félbarna kenyér, Méz	Briós , Kakaó 2,5dl ovi										
		Energia: 337,25 Kcal / 1 409,71 KJ	Energia: 111,02 Kcal / 464,06 KJ	Energia: 222,78 Kcal / 931,22 KJ	Energia: 132,74 Kcal / 554,85 KJ	Energia: 328,92 Kcal / 1 374,89 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12,60 g	12,10 g	1,63 g	7,81 g	8,72 g	3,83 g	14,70 g	11,89 g	5,45 g	2,14 g	2,67 g	0,73 g	13,11 g	7,97 g	3,85 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
42,30 g	0,00 g	0,27 g	17,81 g	2,00 g	1,18 g	36,41 g	10,04 g	0,90 g	36,82 g	26,19 g	0,53 g	50,79 g	16,50 g	0,71 g		
Ebéd	(00481) Gyermek (4-6 év) Ovi	Húsleves ovi, Paradicsomos burg.főzelék ovi, Panírozott Dinó , Félbarna kenyér	Zöldbableves ovi, Vadas Sert.tokány ovi, Spagetti ovi	Lebbencsleves ovi, Sóska főzelék ovi, Főtt tojás ovi, Teljes kiőrlésű kenyér	Meggyleves ovi, Debreceni sertéstokány ovi, Tarhonya köret ovi, Savanyúság különféle	Bableves ovi, Pogácsa, Gyümölcs										
		Energia: 772,10 Kcal / 3 227,38 KJ	Energia: 743,51 Kcal / 3 107,87 KJ	Energia: 379,72 Kcal / 1 587,23 KJ	Energia: 881,44 Kcal / 3 684,42 KJ	Energia: 389,13 Kcal / 1 626,56 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		19,67 g	40,89 g	3,52 g	29,37 g	27,32 g	6,99 g	15,20 g	17,32 g	3,75 g	32,33 g	35,54 g	11,41 g	11,11 g	16,40 g	1,27 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
87,95 g	11,99 g	5,32 g	100,42 g	2,00 g	2,67 g	51,97 g	8,39 g	2,20 g	115,88 g	26,99 g	3,29 g	47,35 g	0,00 g	0,55 g		
Uzsonna	(00481) Gyermek (4-6 év) Ovi	Vajkrém natur, Uborka, Teljes kiőrlésű kenyér	Kifli, Gyümölcsjoghurt	Zsemle, Tonhalkrém ovi, Paradicsom	Gombás felvágott, Margarin Light, Teljes kiőrlésű kenyér, Sárgarépa	Margarin Light, Turista felvágott, Pritamin paprika, Teljes kiőrlésű kenyér										
		Energia: 73,59 Kcal / 307,61 KJ	Energia: 195,81 Kcal / 818,49 KJ	Energia: 219,07 Kcal / 915,71 KJ	Energia: 8,04 Kcal / 33,61 KJ	Energia: 35,95 Kcal / 150,27 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		2,55 g	8,26 g	3,88 g	9,73 g	6,10 g	3,13 g	10,39 g	3,60 g	0,29 g	4,83 g	8,37 g	2,52 g	5,88 g	4,33 g	1,26 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
10,12 g	0,00 g	0,20 g	47,53 g	12,99 g	0,49 g	36,02 g	0,00 g	1,00 g	11,26 g	0,00 g	0,92 g	7,68 g	0,00 g	0,28 g		



Humanitarius Kft
8111 .Seregélyes Fő u.201
Adószám: 13942094-2-07
06-22-871-823



Heti étlap 2024.11.18. - 2024.11.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00481) Gyermek (4-6 év) Ovi	 	 	     	  	  

Az étlap változtatás jogát fentartjuk!

