



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

Heti étlap 2024.12.16. - 2024.12.20.



		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			Tejescské 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	Daragaluska leves ovi, Burgonya főzelék ovi, Főtt virsli ovi, Félbarna kenyér			Zöldbaleves ovi, Rántotsajt ovi, Főtt rizs ovi			Paradicsom leves ovi, Alföldi Tarhonyáshús ovi, Savanyúság különféle			Bolognai spagetti ovi, Gyümölcslé 100% 2dl, Reszelt sajt, Gyümölcs			Bakonyi Betyárleves ovi, Vaníliás pudingos tekerecs		
		Energia: 632,95 Kcal / 2 645,73 KJ			Energia: 838,69 Kcal / 3 505,72 KJ			Energia: 477,58 Kcal / 1 996,28 KJ			Energia: 463,48 Kcal / 1 937,35 KJ			Energia: 212,72 Kcal / 889,17 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		20,76 g	27,47 g	6,69 g	33,27 g	40,19 g	13,78 g	20,35 g	22,40 g	5,61 g	20,13 g	20,37 g	6,43 g	12,82 g	15,60 g	5,59 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
81,75 g	0,00 g	7,17 g	97,53 g	0,00 g	4,98 g	53,62 g	5,00 g	2,07 g	52,75 g	3,71 g	1,15 g	14,19 g	1,25 g	1,28 g		
Uzsonna	(00481) Gyermek (4-6 év) Ovi	Vajkrém natur, Uborka, Teljes kiőrlésű kenyér			Teljes kiőrlésű kenyér, Margarin Light, Gombás felvágott, Zöldpaprika			Zsemle, Tonhalkrém ovi, Paradicsom			Kifli, Gyümölcsjoghurt			Margarin Light, Turista felvágott, Pritamin paprika, Teljes kiőrlésű kenyér		
		Energia: 73,59 Kcal / 307,61 KJ			Energia: 3,92 Kcal / 16,39 KJ			Energia: 219,07 Kcal / 915,71 KJ			Energia: 195,81 Kcal / 818,49 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	4,83 g	8,39 g	2,51 g	10,39 g	3,60 g	0,29 g	9,73 g	6,10 g	3,13 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	10,24 g	0,00 g	0,86 g	36,02 g	0,00 g	1,00 g	47,53 g	12,99 g	0,49 g	7,68 g	0,00 g	0,28 g		



Humanitarius Kft
8111 .Seregélyes Fő u.201
Adószám: 13942094-2-07
06-22-871-825



Heti étlap 2024.12.16. - 2024.12.20.

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

Az étlap változtatás jogát fentartjuk!

