



Heti étlap 2025.02.17. - 2025.02.21.






		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Reggeli	(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsi	Kakaó 1,5dl, Kalács fonott			Tej 2,8% , Teljes kiőrlésű kenyér, Margarin Light			Félbarna kenyér, Tej 2,8% , görögös gourmet krém, Zöldpaprika			Tej 2,8% , Rozskenyér, Margarin Light, Sajtós párizsi, Jégcsap retek			Tej 2,8% , Gabonapehely, kakós		
		Energia: 241,09 Kcal / 1 007,76 KJ			Energia: 90,43 Kcal / 378,00 KJ			Energia: 33,70 Kcal / 140,87 KJ			Energia: 166,27 Kcal / 695,01 KJ			Energia: 122,98 Kcal / 514,06 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8,97 g	7,74 g	3,81 g	6,96 g	9,34 g	3,62 g	2,27 g	0,83 g	0,42 g	8,40 g	9,65 g	4,01 g	3,51 g	1,02 g	0,73 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33,59 g	8,09 g	0,48 g	17,36 g	0,00 g	0,63 g	9,12 g	0,02 g	0,33 g	16,81 g	0,00 g	0,60 g	24,80 g	7,47 g	0,25 g		
																
																
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsi	Gyümölcs			Gyümölcs			Gyümölcs			Gyümölcs			Gyümölcs		
		Energia: 17,39 Kcal / 72,69 KJ			Energia: 17,39 Kcal / 72,69 KJ			Energia: 17,39 Kcal / 72,69 KJ			Energia: 17,39 Kcal / 72,69 KJ			Energia: 17,39 Kcal / 72,69 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0,20 g	0,20 g	0,00 g	0,20 g	0,20 g	0,00 g	0,20 g	0,20 g	0,00 g	0,20 g	0,20 g	0,00 g	0,20 g	0,20 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
3,50 g	0,00 g	0,01 g	3,50 g	0,00 g	0,01 g	3,50 g	0,00 g	0,01 g	3,50 g	0,00 g	0,01 g	3,50 g	0,00 g	0,01 g		
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsi	Rizseshús, Savanyúság különféle, Gyümölcs			Palócleves ovi, Piskótatekercs, Gyümölcs			Finomfőzelék , Főtt virsli , Félbarna kenyér, Gyümölcs			Burgonya főzelék, Rántott párizsi , Félbarna kenyér, Gyümölcs			Hentes tokány ovi, Tészta köret , Gyümölcs		
		Energia: 368,33 Kcal / 1 539,62 KJ			Energia: 653,50 Kcal / 2 731,63 KJ			Energia: 310,99 Kcal / 1 299,94 KJ			Energia: 565,58 Kcal / 2 364,12 KJ			Energia: 270,53 Kcal / 1 130,82 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13,58 g	15,28 g	4,74 g	14,68 g	35,51 g	4,57 g	12,26 g	14,03 g	4,53 g	18,79 g	28,94 g	4,16 g	18,56 g	22,99 g	6,66 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
45,41 g	0,00 g	1,59 g	64,04 g	0,00 g	1,06 g	38,36 g	4,80 g	2,39 g	63,01 g	0,00 g	2,96 g	43,10 g	0,00 g	2,42 g		
																
																



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



Heti étlap 2025.02.17. - 2025.02.21.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Uzsonna	(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsei	Tea 1,5dl, Margarin Light, Tavaszi felvágott, Zöldpaprika, Teljes kiőrlésű kenyér			Tea 1,5dl, Vajkrém, magyaros, Paradicsom, Félbarna kenyér			Tea 1,5dl, Teljes kiőrlésű kenyér, Főtt virsli , Mustár			Tea 1,5dl, Krémtúró vanillás, Kifli			Tea 1,5dl, Teljes kiőrlésű kenyér, Margarin Light, Zöldpaprika, Trappista sajt		
		Energia: 54,39 Kcal / 227,35 KJ			Energia: 55,08 Kcal / 230,23 KJ			Energia: 119,67 Kcal / 500,22 KJ			Energia: 307,56 Kcal / 1 285,60 KJ			Energia: 183,09 Kcal / 765,32 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		3,58 g	4,92 g	1,51 g	2,71 g	8,25 g	3,94 g	6,97 g	8,09 g	2,80 g	15,10 g	9,22 g	4,77 g	15,42 g	16,72 g	9,61 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		16,14 g	5,99 g	0,60 g	17,75 g	5,99 g	0,40 g	17,74 g	5,99 g	1,28 g	47,26 g	14,31 g	0,04 g	14,23 g	5,99 g	1,49 g
																

Az étlap változtatás jogát fentartjuk!