




Humanitárius 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		
Reggeli	(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsi	Tej 2,8% , Croissant sajtos			Kenőmájás, Sárgarépa, Tej 2,8% , Teljes kiőrlésű kenyér			Tej 2,8% , Margarin Light, Teljes kiőrlésű kenyér, Reszelt sajt			Margarin Light, Félbarna kenyér, Méz, Tej 2,8%			Kakaó 1,5dl, Briós		
		Energia: 330,62 Kcal / 1 381,99 KJ			Energia: 161,59 Kcal / 675,45 KJ			Energia: 125,26 Kcal / 523,59 KJ			Energia: 181,65 Kcal / 759,30 KJ			Energia: 281,34 Kcal / 1 176,00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10,90 g	13,30 g	2,28 g	10,37 g	10,02 g	4,83 g	9,09 g	9,08 g	4,62 g	7,15 g	6,85 g	3,01 g	9,67 g	8,38 g	4,07 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
39,65 g	0,00 g	0,17 g	19,01 g	0,00 g	0,97 g	15,60 g	0,05 g	0,49 g	34,62 g	16,20 g	0,70 g	41,47 g	12,50 g	0,55 g		
																
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsi	Gyümölcs			Gyümölcs			Gyümölcs			Gyümölcs			Gyümölcs		
		Energia: 17,39 Kcal / 72,69 KJ			Energia: 6,96 Kcal / 29,09 KJ			Energia: 10,44 Kcal / 43,64 KJ			Energia: 17,39 Kcal / 72,69 KJ			Energia: 10,44 Kcal / 43,64 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		0,20 g	0,20 g	0,00 g	0,08 g	0,08 g	0,00 g	0,12 g	0,12 g	0,00 g	0,20 g	0,20 g	0,00 g	0,12 g	0,12 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	1,40 g	0,00 g	0,00 g	2,10 g	0,00 g	0,00 g	3,50 g	0,00 g	0,01 g	2,10 g	0,00 g	0,00 g		
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsi	Burgonya főzelék, Főtt virsli , Gyümölcs, Félbarna kenyér			Grill sajt, Főtt rizs , Gyümölcs			Tarhonyás hús, Savanyúság különféle, Gyümölcs			Gyümölcslé 100% 2dl, Bolognai spagetti, Reszelt sajt, Gyümölcs			Bakonyi Betyárleves, Vaníliás pudingos tekercs, Gyümölcs		
		Energia: 367,95 Kcal / 1 538,03 KJ			Energia: 332,88 Kcal / 1 391,44 KJ			Energia: 346,60 Kcal / 1 448,79 KJ			Energia: 652,41 Kcal / 2 727,07 KJ			Energia: 199,36 Kcal / 833,32 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11,69 g	17,17 g	4,34 g	17,89 g	14,39 g	8,96 g	16,45 g	16,69 g	4,79 g	28,74 g	29,08 g	9,24 g	10,55 g	14,67 g	5,17 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
46,13 g	0,00 g	3,59 g	41,50 g	0,00 g	2,40 g	35,97 g	0,00 g	1,00 g	73,02 g	4,62 g	1,63 g	15,05 g	1,25 g	1,49 g		
																
																



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		
Uzsonna	(00480) Gyermek (1-3 év) bölcsei	Vajkrém natur, Uborka, Teljes kiőrlésű kenyér, Tea 1,5dl			Tea 1,5dl, Gombás felvágott, Margarin Light, Teljes kiőrlésű kenyér, Zöldpaprika			Tonhalkrém, Zsemle, Paradicsom, Tea 1,5dl			Kifli, Gyümölcsjoghurt			Margarin Light, Turista felvágott, Pritamin paprika, Teljes kiőrlésű kenyér, Tea 1,5dl		
		Energia: 80,69 Kcal / 337,28 KJ			Energia: 26,87 Kcal / 112,32 KJ			Energia: 252,46 Kcal / 1 055,28 KJ			Energia: 195,81 Kcal / 818,49 KJ			Energia: 60,86 Kcal / 254,39 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		2,02 g	6,21 g	2,91 g	4,08 g	5,12 g	1,55 g	10,45 g	4,54 g	0,41 g	9,73 g	6,10 g	3,13 g	5,93 g	4,34 g	1,26 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		13,76 g	5,99 g	0,16 g	15,95 g	5,99 g	0,62 g	42,11 g	5,99 g	1,01 g	47,53 g	12,99 g	0,49 g	13,77 g	5,99 g	0,28 g

Az étlap változtatás jogát fentartjuk!

