



# Cseperedő Óvoda étlap

Heti étlap 2018.05.07. - 2018.05.11.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>(05604) Ét.Cseperedő Óvoda 4-6 év</b>	<b>Ebéd</b>	Tavaszi burgonyaleves, Zöldborsófőzelék , Bundázott baromfi rúd, Narancs			Zöldbableves, kiskocka, Pulyka tarhonyáshús, Cékla, Sült sütőtök szeletek			Tárkonyos zöldségleves, Csikós pulykatokány , Párolt rizs , Kivi			Tojásleves , Sütőben sült rántott hal, Vajas burgonya, Tartármártás , Sárgarépa hasáb			Húsos kelkáposztaleves, Tejberizs gyümölcs öntettel, Zöldalma, Kenyér		
		Energia: 683,33 Kcal / 2 856,32 KJ			Energia: 468,99 Kcal / 1 960,38 KJ			Energia: 488,50 Kcal / 2 041,93 KJ			Energia: 554,65 Kcal / 2 318,44 KJ			Energia: 657,88 Kcal / 2 749,94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		28,43 g	24,88 g	5,49 g	23,49 g	9,82 g	1,49 g	21,79 g	12,79 g	3,11 g	23,22 g	23,80 g	4,52 g	23,24 g	13,45 g	3,69 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
83,74 g	2,50 g	2,68 g	72,17 g	4,81 g	1,55 g	70,65 g	0,00 g	1,26 g	59,55 g	1,00 g	1,74 g	107,20 g	30,97 g	1,13 g		
1,3,7			1			1,7			1,3,4,7,10			1,6,7,(5),(8),(9),(10),(11),(12)				

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!