Cseperedő Óvoda étlap

Heti étlap 2018.05.07. - 2018.05.11.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
(05625) Ét. tejmentes Óvi	Ebéd	Tavaszi burgonyaleves, Zöldborsófőzelék , Bundázott baromfi rúd T, Narancs			Zöldbableves, kiskocka, Paradicsomos csirkés penne, Sült sütőtök szeletek			Tárkonyos zöldségleves, Csikós pulykatokány , Párolt rizs , Kivi			Tojásleves , Orly csirkemell , Petr. burgonya , Szilvakompót, Sárgarépa hasáb			Húsos kelkáposztaleves, Mákos nudli, Zöldalma, Zsemle		
		Energia: 729,29 Kcal / 3 048,43 Kj			Energia: 657,48 Kcal / 2 748,27 Kj			Energia: 572,16 Kcal / 2 391,63 Kj			Energia: 713,72 Kcal / 2 983,35 Kj			Energia: 908,39 Kcal / 3 797,07 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		29,59 g	26,90 g	5,28 g	40,61 g	12,61 g	1,31 g	29,29 g	14,27 g	2,69 g	40,44 g	22,48 g	3,21 g	33,75 g	20,73 g	4,49 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		89,73 g	3,50 g	3,08 g	94,48 g	3,81 g	2,55 g	81,60 g	0,00 g	3,61 g	85,53 g	5,71 g	2,99 g	123,19 g	19,98 g	2,77 g
		1,3,(5),(6),(8)			1			1			1,3			1,(5),(6),(8),(12)		
(05657) Ét. Vegetáriánus Cseperedő	Ebéd	Tavaszi burgonyaleves, Zöldborsófőzelék , Zöldség krokett , Narancs			Zöldbableves, kiskocka, Paradicsomos gombás brokkolis penne resz, Sült sütőtök szeletek			Tárkonyos zöldségleves, Sóskamártás, Főtt burgonya , Főtt tojás , Kivi			Tojásleves , Rántott gombafej, Vajas burgonya, Tartármártás , Sárgarépa hasáb			Zöldséges kelkáposzta leves, Tejberizs gyümölcs öntettel, Zöldalma, Kenyér		
		Energia: 719,62 Kcal / 3 008,01 Kj			Energia: 597,28 Kcal / 2 496,63 Kj			Energia: 679,60 Kcal / 2 840,73 Kj			Energia: 772,66 Kcal / 3 229,72 Kj			Energia: 866,80 Kcal / 3 623,22 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		24,19 g	25,02 g	2,99 g	26,52 g	15,47 g	5,00 g	22,59 g	20,26 g	4,90 g	21,22 g	38,66 g	6,78 g	22,79 g	16,85 g	4,62 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		95,56 g	6,60 g	2,95 g	87,17 g	2,31 g	3,75 g	97,11 g	19,98 g	3,29 g	82,57 g	2,00 g	3,28 g	149,83 g	41,46 g	2,27 g
		1,7			1,7			1,3,7			1,3,7,10			1,6,7,(5),(8),(9),(10),(11),(12)		

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!