



# Cseperedő Óvoda étlap

Heti étlap 2018.06.18. - 2018.06.22.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>(05604) Ét.Cseperedő Óvoda 4-6 év</b>	<b>Ebéd</b>	Magyaros burgonyaleves , Zöldborsófőzelék , Sült baromfi rúd, Cseresznye			Zöldbableves, kiskocka, Mexikói pulykatokány, orsó tésztával, Alma			Nyári zöldségleves , Tepsis burgonya , Kovászos uborka, Meggy			Fahéjas almaleves , Sütőben sült rántott hal, Petr. rizs , Tartármártás , Karalábé hasáb nyers			Lencsegulyás csipetke , Túróval töltött gombóc öntettel, Meggy, Kenyér		
		Energia: 452,02 Kcal / 1 889,44 KJ			Energia: 458,62 Kcal / 1 917,03 KJ			Energia: 478,23 Kcal / 1 999,00 KJ			Energia: 702,01 Kcal / 2 934,40 KJ			Energia: 578,62 Kcal / 2 418,63 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		19,89 g	17,44 g	3,68 g	20,99 g	11,60 g	2,04 g	15,99 g	19,24 g	5,85 g	25,17 g	23,04 g	5,31 g	23,45 g	13,82 g	3,55 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
52,35 g	2,50 g	1,51 g	67,28 g	0,00 g	1,06 g	58,23 g	0,00 g	2,25 g	95,84 g	15,99 g	1,67 g	86,80 g	7,30 g	1,77 g		
1,7,9			1,7,(9)			1,(6),(7)			1,3,4,7,10			1,3,6,7,12,(5),(8),(9),(10),(11)				

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!

