

Heti étlap 2018.10.15.- 2018.10.19.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
REGGELI Bölcsis (1-3 év)	Epres csipkebogyó tea Natúr vajkrém(*7) Graham kenyér(*1) Uborka	Tejeskávé(*7) Márványos kalács(*1,3,7)	Gyümölcslé Hot-dog(*1,6,7)	Tej(*7) Vegyes gyümölcslekvár(*12) Margarin(*7) Korpás kifli(*1)	Vadmeggyes tea Magyaros vajkrém(*7) Teljeskiörlesű kenyér(*1) Salátalevél
	Energia: 279,10 Kcal / 1 166,64 KJ	Energia: 274,34 Kcal / 1 146,74 KJ	Energia: 290,62 Kcal / 1 214,79 KJ	Energia: 304,74 Kcal / 1 273,81 KJ	Energia: 258,08 Kcal / 1 078,77 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
	6,83 g 8,63 g 3,87 g	9,82 g 6,46 g 2,95 g	11,68 g 12,36 g 4,60 g	10,56 g 11,97 g 4,25 g	6,19 g 8,60 g 3,82 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
43,14 g 9,99 g 1,04 g	43,92 g 12,79 g 0,62 g	32,70 g 2,80 g 2,34 g	38,27 g 5,20 g 0,84 g	38,66 g 9,99 g 0,63 g	
TÍZÓRAI Bölcsis (1-3 év)	Banán	Alma	Mandarin	Alma	Homoktövises gyümölcslé
	Energia: 52,48 Kcal / 219,37 KJ	Energia: 17,39 Kcal / 72,69 KJ	Energia: 23,44 Kcal / 97,98 KJ	Energia: 17,39 Kcal / 72,69 KJ	Energia: 20,50 Kcal / 85,69 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
	0,65 g 0,05 g 0,00 g	0,20 g 0,20 g 0,00 g	0,35 g 0,15 g 0,00 g	0,20 g 0,20 g 0,00 g	0,00 g 0,00 g 0,00 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
12,10 g 0,00 g 0,03 g	3,50 g 0,00 g 0,01 g	4,90 g 0,00 g 0,00 g	3,50 g 0,00 g 0,01 g	4,98 g 0,00 g 0,00 g	
EBÉD Bölcsis (1-3 év)	Meggyes almaleves(*1,7) Kukoricás csirkeragu(*1) Orsótészta(*1,3)	Csontleves cérnametélttel(*1,3,9) Rakott kelkáposzta bulgurral(*1,7) Félbarna kenyér(*1)	Zellerkrémleves(*1,7,9) Pírtott kenyérkocka(*1) Pusztapörkölt Félbarna kenyér(*1) Vitaminsaláta	Reszelttészta leves(*1,3,9) Zabpelyhes vagdalt(*1,3) Kaporos tökfőzelék(*1,7) Félbarna kenyér(*1)	Magyaros raguleves(*1,9) Burgonyás tészta(*1,3) Uborkasaláta Félbarna kenyér(*1)
	Energia: 385,63 Kcal / 1 611,93 KJ	Energia: 456,53 Kcal / 1 908,30 KJ	Energia: 564,57 Kcal / 2 359,90 KJ	Energia: 459,37 Kcal / 1 920,17 KJ	Energia: 567,50 Kcal / 2 372,15 KJ
	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
	17,91 g 11,69 g 1,84 g	21,30 g 17,52 g 5,07 g	18,34 g 22,51 g 5,47 g	16,96 g 20,22 g 4,69 g	21,33 g 17,14 g 4,13 g
Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
51,30 g 6,49 g 4,32 g	54,15 g 0,02 g 5,00 g	70,50 g 4,01 g 3,97 g	51,67 g 0,61 g 2,41 g	80,96 g 3,61 g 3,53 g	
UZSONNA Bölcsis (1-3 év)	Kakaós csiga(*1,3,7) Alma Tej(*7)	Sajt szelet(*7) Margarin(*7) Graham kenyér(*1) Paprika Tea	Túró rudi krém(*1,5,7,8,12) Teljeskiörlesű kenyér(*1) Tej(*1)	Főtt tojáskarikák(*3) Margarin(*7) Félbarna kenyér(*1) Jégcsapretek Tea	Sajtos párizsi(*7) Margarin(*7) Félbarna kenyér(*1) Tej





Energia: 299,36 Kcal / 1 251,32 KJ			Energia: 338,79 Kcal / 1 416,14 KJ			Energia: 264,99 Kcal / 1 107,66 KJ			Energia: 292,06 Kcal / 1 220,81 KJ			Energia: 345,11 Kcal / 1 442,56 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
8,47 g	16,16 g	6,31 g	11,63 g	12,99 g	5,28 g	12,44 g	6,23 g	3,04 g	8,62 g	9,79 g	2,47 g	12,95 g	14,65 g	5,24 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29,47 g	5,90 g	0,55 g	43,38 g	9,99 g	1,53 g	39,48 g	2,79 g	0,76 g	42,06 g	13,11 g	1,37 g	39,96 g	0,00 g	1,76 g

*Allergének jelölése

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Kód	Allergén	Kód	Allergén
1	glutén	9	zeller
2	rák	10	mustár
3	tojás	11	szezám
4	hal	12	kéndioxid-szulfid
5	földimogyoró	13	csillagfürt
6	szója	14	puhatestűek
7	tejtermék, laktóz	15	mesterséges édesítőszer
8	diófélék	16	édesgyökér

Minőségbiztosítás
+36706148484
minosegbiztositas@tsgastro.hu

A tápértékek Quadro Byte Élelmezési program számításai alapján készültek.