


Heti étlap 2018.09.17.- 2018.09.23.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
	REGGELI Bölcsis (1-3 év)	Tej(*7) Magyaros vajkrém(*7) Félbarna kenyér>(*1) salátalevél	Mentás tea Toast sonka margarin(*7) Rozskenyér(*19)	Tej(*7) Vaniliás túrókrém(*7) Korpás kifli(*1)	Kakaó (*7) Fatörzs kifli(*1,3,7)	Tej(*7) Sülthús krém(*7,10) Félbarna kenyér(*1) Paprika										
		Energia: 320,89 Kcal / 1 341,32 KJ	Energia: 382,12 Kcal / 1 597,26 KJ	Energia: 244,72 Kcal / 1 022,93 KJ	Energia: 391,65 Kcal / 1 637,10 KJ	Energia: 315,63 Kcal / 1 319,33 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		11,54 g	12,66 g	6,06 g	14,57 g	13,35 g	9,06 g	12,15 g	6,02 g	2,93 g	12,29 g	10,67 g	4,98 g	13,57 g	10,95 g	4,85 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	39,86 g	0,00 g	1,42 g	50,48 g	12,49 g	1,14 g	35,18 g	2,40 g	0,74 g	61,17 g	18,74 g	0,79 g	40,32 g	0,00 g	1,60 g	
	TÍZÓRAI Bölcsis (1-3 év)	Gyümölcssaláta	Nektarin	Alma	Banán	Sárgarépa										
		Energia: 34,38 Kcal / 143,71 KJ	Energia: 27,64 Kcal / 115,54 KJ	Energia: 17,39 Kcal / 72,69 KJ	Energia: 52,48 Kcal / 219,37 KJ	Energia: 20,11 Kcal / 84,06 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0,34 g	0,14 g	0,00 g	0,47 g	0,23 g	0,03 g	0,20 g	0,20 g	0,00 g	0,65 g	0,05 g	0,00 g	0,60 g	0,10 g	0,02 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	7,56 g	2,00 g	0,01 g	5,89 g	0,00 g	0,00 g	3,50 g	0,00 g	0,01 g	12,10 g	0,00 g	0,03 g	4,05 g	0,00 g	0,16 g	
EBÉD Bölcsis (1-3 év)	Gulyás leves(*1,3,9) Grízteszta(*1,3) baracklevél(*12) félbarna kenyér(*1)	Paradicsommártás(*1,9) Húsgombóc(*3) Főtt burgonya	Panírozott halrúd (*1,3,4) Párolt rizs Uborkasaláta	Sült virsli(*6) Burgonyafőzelék(*1,7) félbarna kenyér(*1) Túró Rudi(*1,7)	Húsgaluskaleves(*1,3,9) Tejbegríz(*1,7) Gyümölcsöntet											
	Energia: 501,60 Kcal / 2 096,69 KJ	Energia: 309,83 Kcal / 1 295,09 KJ	Energia: 357,55 Kcal / 1 494,56 KJ	Energia: 495,00 Kcal / 2 069,10 KJ	Energia: 361,39 Kcal / 1 510,61 KJ											
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
	16,79 g	8,70 g	1,26 g	10,85 g	11,79 g	3,37 g	21,88 g	7,20 g	1,30 g	18,44 g	24,52 g	7,70 g	12,68 g	6,03 g	2,34 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
88,26 g	12,47 g	3,66 g	39,48 g	9,99 g	1,46 g	50,96 g	16,80 g	1,71 g	49,05 g	3,00 g	2,33 g	63,46 g	21,29 g	1,81 g		
UZSONNA Bölcsis (1-3 év)	Párizsi Margarin(*7) Teljeskiörlésű kenyér(*1) tea	Sajt szelet(*7) margarin(*7) Félbarna kenyér(*1) Paprika, tea	Zala felvágott margarin(*7) Félbarna kenyér(*1) Paradicsom, tej(*7)	Natúr sajtkrém(*7) Kenyer (*1) Uborka, tea	Pizzás csiga(*1,3,7,9) Alma, tea											
	Energia: 278,32 Kcal / 1 163,38 KJ	Energia: 333,97 Kcal / 1 395,99 KJ	Energia: 344,10 Kcal / 1 438,34 KJ	Energia: 273,98 Kcal / 1 145,24 KJ	Energia: 206,96 Kcal / 865,09 KJ											

Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
7,44 g	10,47 g	2,97 g	11,45 g	12,99 g	5,28 g	13,25 g	14,23 g	5,06 g	7,25 g	8,33 g	4,58 g	2,60 g	10,50 g	2,72 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
38,20 g	9,99 g	1,02 g	42,36 g	9,99 g	1,70 g	40,34 g	0,00 g	1,77 g	42,12 g	9,99 g	1,45 g	25,04 g	9,99 g	0,92 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.