

kedd

csütörtök

Ebéd

(00001) Normál  
(19-60)

Kertészleves leveszöld.* [1,3], Töltött káposzta *, TK kenyér *[1]	Vegyes gyümölcslev mir *[1,7], Tört burgonya*, Natúr sertéskaraj *[1], Csemege uborka *[10], Alma
--	---

Energia: 581,49 Kcal / 2 430,53 KJ			Energia: 796,30 Kcal / 3 328,53 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
30,78 g	13,99 g	3,21 g	32,91 g	22,15 g	4,37 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
82,19 g	2,49 g	1,41 g	113,29 g	23,62 g	1,71 g



Greskó Istvänné  
.....  
élelmezésvezető

kedd

csütörtök

Kertészleves  
leveszöld.\*15-18[1,3],  
Töltött káposzta \*15-18,  
TK kenyér \*[1], Alma

Vegyes gyümölcslev mir  
\*15-18[1,7], Tört  
burgonya\*15-18, Natúr  
sertéskaraj \*15-18[1],  
Csemege uborka \*[10],  
Alma

Energia: 616,44 Kcal / 2 576,72 KJ			Energia: 796,30 Kcal / 3 328,53 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
34,02 g	14,52 g	3,22 g	32,91 g	22,15 g	4,37 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
86,52 g	2,49 g	2,90 g	113,29 g	23,62 g	1,71 g












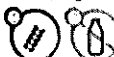



**Ebéd**

**(00484) Gyermek  
(15-18 év)**

Greskó Istvánné

.....  
élelmezésvezető






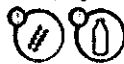


		kedd			csütörtök		
<b>Tízórai</b>	<b>(00482) Gyermek (11-14év)</b>	East Milk Tej 200 ml 2,8% ( sz[7], Briós 52 gr* [1]			East Milk Tej 200 ml 2,8% ( sz[7], TK kenyér * [1], Hajdú magyaros vajkrém*[7], Zöldpaprika*		
		Energia: 301,18 Kcal / 1 258,93 KJ	Energia: 413,99 Kcal / 1 730,48 KJ	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje
		11,20 g	9,76 g	4,18 g	13,78 g	13,01 g	8,02 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		41,30 g	10,81 g	0,81 g	58,77 g	9,78 g	1,88 g
							
<b>Ebéd</b>	<b>(00482) Gyermek (11-14év)</b>	Kertészleves leveszöld.*11-14[1,3], Töltött káposzta 11-14, TK kenyér *[1], Alma			Vegy gyümölcslev mir isk11-14[1,7], Tört burgonya*11-14, Natúr sertéskaraj 11-14*[1], Csemege uborka *[10], Alma		
		Energia: 561,87 Kcal / 2 348,62 KJ	Energia: 682,35 Kcal / 2 768,62 KJ	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje
		29,82 g	15,15 g	3,13 g	27,34 g	17,56 g	3,46 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		75,53 g	2,09 g	1,40 g	96,09 g	17,17 g	1,46 g
							
<b>Uzsonna</b>	<b>(00482) Gyermek (11-14év)</b>	TK kenyér *[1], Liga margarin(7), Paradicsom*			TK vizes zsemle 50 gr* [1], Túrókrém barackos11 -14*[7]		
		Energia: 363,42 Kcal / 1 519,10 KJ	Energia: 244,45 Kcal / 1 021,80 KJ	Fehérje	Zsír	T.Zsír/sav	Fehérje
		7,17 g	14,78 g	4,23 g	10,82 g	4,41 g	2,37 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		48,82 g	0,18 g	1,60 g	39,64 g	7,90 g	0,72 g
							



Greskó Istvánné  
.....  
élelmészvezető



	kedd	csütörtök																								
<b>Tízórai</b>	<p><b>(00483) Gyermek (7-10)</b></p> <p>East Milk Tej 200 ml 2,8% ( sz[7], Briós 52 gr* [1]</p> <p>Energia: 301,18 Kcal / 1 258,93 KJ</p> <table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> </tr> <tr> <td>11,20 g</td> <td>9,78 g</td> <td>4,18 g</td> </tr> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>41,30 g</td> <td>10,81 g</td> <td>0,81 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	11,20 g	9,78 g	4,18 g	Szénhidrát	Cukor	Só	41,30 g	10,81 g	0,81 g	<p>East Milk Tej 200 ml 2,8% ( sz[7], TK kenyér * [1], Hajdú magyaros vajkrém*[7], Zöldpaprika*</p> <p>Energia: 364,58 Kcal / 1 523,86 KJ</p> <table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> </tr> <tr> <td>12,66 g</td> <td>11,25 g</td> <td>6,96 g</td> </tr> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>51,69 g</td> <td>9,65 g</td> <td>1,62 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	12,66 g	11,25 g	6,96 g	Szénhidrát	Cukor	Só	51,69 g	9,65 g	1,62 g
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																							
11,20 g	9,78 g	4,18 g																								
Szénhidrát	Cukor	Só																								
41,30 g	10,81 g	0,81 g																								
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																								
12,66 g	11,25 g	6,96 g																								
Szénhidrát	Cukor	Só																								
51,69 g	9,65 g	1,62 g																								
<b>Ebéd</b>	<p><b>(00483) Gyermek (7-10)</b></p> <p>Kertészleves leveszöld.*7-10[1,3], Töltött káposzta 7-10, TK kenyér *[1], Alma</p> <p>Energia: 493,38 Kcal / 2 062,33 KJ</p> <table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> </tr> <tr> <td>26,07 g</td> <td>12,28 g</td> <td>2,62 g</td> </tr> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>68,55 g</td> <td>1,68 g</td> <td>1,35 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	26,07 g	12,28 g	2,62 g	Szénhidrát	Cukor	Só	68,55 g	1,68 g	1,35 g	<p>Vegy gyümölcslev mir 7- 10[1,7], Tört burgonya*7- 10, Natúr sertéskaraj 7-10 [1], Csemege uborka * [10], Alma</p> <p>Energia: 583,30 Kcal / 2 438,19 KJ</p> <table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> </tr> <tr> <td>24,16 g</td> <td>14,77 g</td> <td>2,96 g</td> </tr> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>86,07 g</td> <td>14,98 g</td> <td>1,32 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	24,16 g	14,77 g	2,96 g	Szénhidrát	Cukor	Só	86,07 g	14,98 g	1,32 g
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																							
26,07 g	12,28 g	2,62 g																								
Szénhidrát	Cukor	Só																								
68,55 g	1,68 g	1,35 g																								
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																								
24,16 g	14,77 g	2,96 g																								
Szénhidrát	Cukor	Só																								
86,07 g	14,98 g	1,32 g																								
<b>Uzsonna</b>	<p><b>(00483) Gyermek (7-10)</b></p> <p>TK kenyér *[1], Liga margarin(7), Paradicsom*</p> <p>Energia: 298,81 Kcal / 1 249,03 KJ</p> <table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> </tr> <tr> <td>6,18 g</td> <td>11,17 g</td> <td>3,22 g</td> </tr> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>42,00 g</td> <td>0,15 g</td> <td>1,35 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	6,18 g	11,17 g	3,22 g	Szénhidrát	Cukor	Só	42,00 g	0,15 g	1,35 g	<p>TK vizes zsemle 50 gr* [1], Túrókrém barackos7- 10*[7]</p> <p>Energia: 227,32 Kcal / 950,20 KJ</p> <table border="1"> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> </tr> <tr> <td>9,32 g</td> <td>3,71 g</td> <td>1,89 g</td> </tr> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>38,45 g</td> <td>6,53 g</td> <td>0,71 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	9,32 g	3,71 g	1,89 g	Szénhidrát	Cukor	Só	38,45 g	6,53 g	0,71 g
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																							
6,18 g	11,17 g	3,22 g																								
Szénhidrát	Cukor	Só																								
42,00 g	0,15 g	1,35 g																								
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																								
9,32 g	3,71 g	1,89 g																								
Szénhidrát	Cukor	Só																								
38,45 g	6,53 g	0,71 g																								



Greskó Istvánné  
.....  
élelmészvezető



.....

.....

.....

.....

.....

	kedd			csütörtök			péntek		
<b>Tízórai</b>	<b>(00481) Gyermekek (4-6 év)</b>			<b>(00481) Gyermekek (4-6 év)</b>			<b>(00481) Gyermekek (4-6 év)</b>		
	East Milk Tej 200 ml 2,8% ( sz[7], Briós 52 gr* [1])			East Milk Tej 200 ml 2,8% ( sz[7], TK kenyér * [1], Hajdú magyaros vajkrém*[7], Zöldpaprika*			East Milk Tej 200 ml 2,8% ( sz[7], Kakaós csiga*70 gr[1,7]		
	Energia: 301,18 Kcal / 1 258,93 KJ	Energia: 282,32 Kcal / 1 180,10 KJ	Energia: 415,06 Kcal / 1 734,95 KJ	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
11,20 g	9,76 g	4,18 g	10,56 g	9,40 g	5,84 g	11,25 g	18,83 g	10,95 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
41,30 g	10,81 g	0,81 g	37,83 g	9,50 g	1,17 g	54,24 g	19,42 g	0,85 g	
<b>Ebéd</b>	<b>(00481) Gyermekek (4-6 év)</b>			<b>(00481) Gyermekek (4-6 év)</b>			<b>(00481) Gyermekek (4-6 év)</b>		
	Kertészleves .eveszöld.*4-6[1,3], Töltött káposzta 4-6, TK kenyér * [1], Alma			Vegy gyümölcslev mir 4- 6[1,7], Tört burgonya*, Natúr sertéskaraj ovi*[1], Csemege uborka *[10]			Lebbencsleves 4-6[1,3], Zöldborsófőzelék mir. 4-6 [1,7], Fokhagymás csirkemell 4-6, TK kenyér *[1]		
	Energia: 353,33 Kcal / 1 476,92 KJ	Energia: 428,65 Kcal / 1 791,76 KJ	Energia: 420,31 Kcal / 1 756,90 KJ	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
18,65 g	7,16 g	1,82 g	19,04 g	12,22 g	2,54 g	29,80 g	9,11 g	1,67 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
52,67 g	1,05 g	0,66 g	59,18 g	12,00 g	1,02 g	53,31 g	2,39 g	0,65 g	
<b>Uzsonna</b>	<b>(00481) Gyermekek (4-6 év)</b>			<b>(00481) Gyermekek (4-6 év)</b>			<b>(00481) Gyermekek (4-6 év)</b>		
	TK kenyér *[1], Liga margarin(7), Paradicsom*			TK vizes zsemle 50 gr* [1], Túrókrém barackos4- 6*[7]			TK vizes zsemle 50 gr* [1], Párizsi*(1,6,7,10), Uborka(kígyó)		
	Energia: 201,40 Kcal / 841,85 KJ	Energia: 209,32 Kcal / 874,96 KJ	Energia: 205,86 Kcal / 860,49 KJ	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
4,22 g	7,47 g	2,15 g	7,81 g	3,01 g	1,41 g	7,09 g	5,28 g	1,27 g	
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
28,40 g	0,10 g	0,90 g	37,05 g	4,95 g	0,71 g	33,75 g	0,36 g	1,02 g	



Greskó Istvánné  
.....  
élelmezésvezető

