

Heti étlap 2023.08.28. - 2023.09.01.

		péntek												
Tízórai	(00482) Gyermekek Alsós (7-10 év)	<p>Csipketea 7-10, Margarin Light, Barna kenyér, Zöldpaprika</p> <p>Energia: 214,38 Kcal / 896,11 Kj</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>5,59 g</td> <td>3,05 g</td> <td>0,66 g</td> </tr> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>40,83 g</td> <td>8,99 g</td> <td>0,83 g</td> </tr> </tbody> </table> <p>1,(6),(7)</p>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	5,59 g	3,05 g	0,66 g	Szénhidrát	Cukor	Só	40,83 g	8,99 g	0,83 g
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv											
5,59 g	3,05 g	0,66 g												
Szénhidrát	Cukor	Só												
40,83 g	8,99 g	0,83 g												
	(00483) Gyermekek Felső (11-14 év)	<p>Csipketea 11-14, Margarin Light, Barna kenyér, Zöldpaprika</p> <p>Energia: 243,18 Kcal / 1 016,49 Kj</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>6,44 g</td> <td>3,13 g</td> <td>0,66 g</td> </tr> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>46,95 g</td> <td>9,99 g</td> <td>0,94 g</td> </tr> </tbody> </table> <p>1,(6),(7)</p>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	6,44 g	3,13 g	0,66 g	Szénhidrát	Cukor	Só	46,95 g	9,99 g	0,94 g
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv												
6,44 g	3,13 g	0,66 g												
Szénhidrát	Cukor	Só												
46,95 g	9,99 g	0,94 g												
Ebéd	(00482) Gyermekek Alsós (7-10 év)	<p>Csirkeragu leves 7-10, Gránátos kocka 7-10, Kovászos uborka</p> <p>Energia: 749,95 Kcal / 3 134,79 Kj</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Fehérje</th> <th>Zsír</th> <th>T.Zsírsv</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>34,74 g</td> <td>15,45 g</td> <td>2,04 g</td> </tr> <tr> <th>Szénhidrát</th> <th>Cukor</th> <th>Só</th> </tr> <tr> <td>116,29 g</td> <td>0,01 g</td> <td>6,30 g</td> </tr> </tbody> </table> <p>1,3,9</p>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	34,74 g	15,45 g	2,04 g	Szénhidrát	Cukor	Só	116,29 g	0,01 g	6,30 g
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv												
34,74 g	15,45 g	2,04 g												
Szénhidrát	Cukor	Só												
116,29 g	0,01 g	6,30 g												





## Heti étlap 2023.08.28. - 2023.09.01.

		péntek						
Ebéd	(00483) Gyermek Felső (11-14 év)	Csirkeragu leves 11-14, Gránátos kocka 11-14, Kovászos uborka						
		Energia: 860,98 Kcal / 3 598,90 Kj						
		<table border="1"><thead><tr><th>Fehérje</th><th>Zsír</th><th>T.Zsírsav</th></tr></thead><tbody><tr><td>42,80 g</td><td>18,70 g</td><td>2,49 g</td></tr></tbody></table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	42,80 g	18,70 g	2,49 g
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav				
		42,80 g	18,70 g	2,49 g				
<table border="1"><thead><tr><th>Szénhidrát</th><th>Cukor</th><th>Só</th></tr></thead><tbody><tr><td>128,51 g</td><td>0,01 g</td><td>7,54 g</td></tr></tbody></table>	Szénhidrát	Cukor	Só	128,51 g	0,01 g	7,54 g		
Szénhidrát	Cukor	Só						
128,51 g	0,01 g	7,54 g						
1,3,9								
Uzsonna	(00482) Gyermek Alsós (7-10 év)	Sárgabarack, Nutribella kókuszos keksz db						
		Energia: 134,59 Kcal / 562,59 Kj						
		<table border="1"><thead><tr><th>Fehérje</th><th>Zsír</th><th>T.Zsírsav</th></tr></thead><tbody><tr><td>1,96 g</td><td>4,96 g</td><td>2,42 g</td></tr></tbody></table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	1,96 g	4,96 g	2,42 g
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav				
	1,96 g	4,96 g	2,42 g					
	<table border="1"><thead><tr><th>Szénhidrát</th><th>Cukor</th><th>Só</th></tr></thead><tbody><tr><td>19,06 g</td><td>4,02 g</td><td>0,03 g</td></tr></tbody></table>	Szénhidrát	Cukor	Só	19,06 g	4,02 g	0,03 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só					
19,06 g	4,02 g	0,03 g						
1,(5),(6),(8),(11)								
(00483) Gyermek Felső (11-14 év)	Sárgabarack, Nutribella kókuszos keksz db							
	Energia: 169,23 Kcal / 707,38 Kj							
	<table border="1"><thead><tr><th>Fehérje</th><th>Zsír</th><th>T.Zsírsav</th></tr></thead><tbody><tr><td>2,59 g</td><td>5,06 g</td><td>2,42 g</td></tr></tbody></table>	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	2,59 g	5,06 g	2,42 g	
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav					
2,59 g	5,06 g	2,42 g						
<table border="1"><thead><tr><th>Szénhidrát</th><th>Cukor</th><th>Só</th></tr></thead><tbody><tr><td>26,20 g</td><td>4,02 g</td><td>0,04 g</td></tr></tbody></table>	Szénhidrát	Cukor	Só	26,20 g	4,02 g	0,04 g		
Szénhidrát	Cukor	Só						
26,20 g	4,02 g	0,04 g						
1,(5),(6),(8),(11)								





Heti étlap 2023.08.28. - 2023.09.01.

.....  
Élelmezésvezető

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

TOVÁBBI ALLERGÉN INFORMÁCIÓ: [elelmezes@kornye.hu](mailto:elelmezes@kornye.hu)

