



Gyulakonyha Non-profit Kft.

5700 Gyula

Szent István u. 29/1.

ÉTLAP

2018. 31. hét (2018.07.30. - 2018.08.05.)

Óvoda

Korcsoport: 4 - 6 év, Energia szükséglet: 900 - 1100kcal/fő/nap

IKR Élelmészeti program [V: 3.6.0.12] © Info-Set Kft.



1. / 1. oldal

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai - A	Tejescsók + Vajas kifli +	Ívólé 100%-os /alma/ + Kockasajt + Kukoricás buci +	-	-	-
Összetevők	En: 288,7 kcal Zs: 7,6 g Tz: 1,0 g Fe: 10,7 g Sz: 44,7 g Cu: 21,8 g So: 0,5 g	En: 147,7 kcal Zs: 3,7 g Tz: 2,5 g Fe: 1,8 g Sz: 27,0 g Cu: 25,0 g So: 0,2 g	En: - Zs: - Tz: - Fe: - Sz: - Cu: - So: -	En: - Zs: - Tz: - Fe: - Sz: - Cu: - So: -	En: - Zs: - Tz: - Fe: - Sz: - Cu: - So: -
Allergének	glutén, tejszín	tejszín			
Ebéd - A	Reszelt tészta leves + Húsgombóc + Sóskamártás + Főtt burgonya 1/4 adag + Kenyér félbarna E+ Túró rudi +	Meggy leves + Sertés pörkölt + Copfocskás tészta + Uborka saláta + Kenyér félbarna E+ Alma +	-	-	-
Összetevők	En: 778,1 kcal Zs: 26,3 g Tz: 6,7 g Fe: 24,1 g Sz: 108,9 g Cu: 39,2 g So: 3,5 g	En: 1230,3 kcal Zs: 23,8 g Tz: 2,8 g Fe: 32,0 g Sz: 116,2 g Cu: 28,2 g So: 2,2 g	En: - Zs: - Tz: - Fe: - Sz: - Cu: - So: -	En: - Zs: - Tz: - Fe: - Sz: - Cu: - So: -	En: - Zs: - Tz: - Fe: - Sz: - Cu: - So: -
Allergének	zeller, glutén, tojás, hal, szója, tejszín	tejszín, glutén, ,			
Uzsonna - A	Szalámi (Ausztria) + Margarin delma+ Zöldpaprika kg + Kenyér félbarna T,U+	Sárgabarack lekvár + Kenyér félbarna T,U+	-	-	-
Összetevők	En: 271,4 kcal Zs: 11,0 g Tz: 3,9 g Fe: 8,7 g Sz: 33,0 g Cu: 0,3 g So: 1,4 g	En: 237,2 kcal Zs: 0,6 g Tz: 0,2 g Fe: 5,0 g Sz: 50,7 g Cu: 16,0 g So: 0,8 g	En: - Zs: - Tz: - Fe: - Sz: - Cu: - So: -	En: - Zs: - Tz: - Fe: - Sz: - Cu: - So: -	En: - Zs: - Tz: - Fe: - Sz: - Cu: - So: -
Allergének	tejszín, glutén	glutén			
Σ Energia - A	1338,14 kcal	1615,2 kcal	0 kcal	0 kcal	0 kcal

Jelmagyarázat: En - Energia, Fe - Fehérje, Zs - Zsír, Sz - Szénhidrát, Cu - Cukor, Tz - Telített zsírsav