


	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
<b>TÍZÓRAI</b>	Epres csipkebogyó tea, Natúr vajkrém, Graham kenyér Uborka	Tejeskávé Márványos kalács Margarin	Gyümölcsle, Házi hot-dog Ketchup	Tej Mogyorókrém, Korpás kifli	Vadmeggyes tea, Magyaros vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér Paprika
<b>LEVES</b>	Meggyes almaleves	Csontleves cérnametélttel	Zellerkrémleves pirított kenyérkocka	Reszelttészta leves	Magyaros raguleves
<b>FŐÉTEL 1</b>	Kukoricás csirke ragu Orsótészta	Rakott kelkáposzta bulgurral	Pusztapörkölt Vitamin saláta házi	Zabpelyhes vagdalt Sárgaborsó főzelék édes keksz	Burgonyás tészta, uborkasaláta
<b>UZSONNA</b>	Kakaós csiga Gyümölcs	Sajt szelet, Margarin, Graham kenyér, Paprika	Túró rudi krém, Teljes kiőrlésű kenyér	Főtt tojáskarikák, margarin félbarna kenyér jégcsapretek	Sajtos párizsi, margarin, Félbarna kenyér

**Jó étvágyat kívánunk!**

A változtatás jogát fenntartjuk!

**Duna Gastro Kft.**

## Heti étlap 2018.10.15.– 2018.10.19.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
	<b>TÍZÓRAI Óvodás (4-6év)</b>	Csipkebogyó tea, Uborka, Graham kenyér, (*1) Natúr vajkrém (*7)			Tejeskávé, (*7) Kalács (*1,3) Margarin			Hot-dog,(*1) Gyümölcsle, Ketchup			Tej,(*7) Mogyorókrém,(*5,6,8) Korpás kifli(*1)			Meggyes tea, Magyaros vajkrém,(*7) Teljes kiőrlésű kenyér(*1) Paprika		
		Energia: 279,10 Kcal / 1 166,64 KJ			Energia: 467,01 Kcal / 1 952,10 KJ			Energia: 290,62 Kcal / 1 214,79 KJ			Energia: 330,20 Kcal / 1 380,24 KJ			Energia: 262,00 Kcal / 1 095,16 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6,83 g	8,63 g	3,87 g	13,90 g	16,31 g	6,13 g	11,68 g	12,36 g	4,60 g	13,44 g	9,97 g	1,83 g	6,43 g	8,66 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	65,60 g	20,18 g	1,00 g	32,70 g	2,80 g	2,34 g	46,28 g	9,60 g	0,83 g	39,26 g	9,99 g	0,63 g	
	<b>EBÉD Óvodás (4-6év)</b>	Meggyleves almával, (*7) Főtt tészta,(*1,3) Kukoricás csirketokány			Levesbetét,(*1,3) Csontleves(*9) Rakott kelkáposzta bulgurral(*7), Félbarna kenyér(*1)			Zellerkrém leves,(*7,9) Pirított kenyérkocka, (*1) Vitaminsaláta, Pusztapörkölt burgonyával, Félbarna kenyér(*1)			Reszelt tésztaleves,(*1,3,9) Félbarna kenyér(*1) Sárgaborsó főzelék, Zabpelyhes vagdalt			Magyaros sertésragu leves,(*9) Uborkasaláta, Burgonyás tészta(*1,3)		
		Energia: 492,43 Kcal / 2 058,36 KJ			Energia: 513,26 Kcal / 2 145,43 KJ			Energia: 620,60 Kcal / 2 594,11 KJ			Energia: 688,64 Kcal / 2 878,52 KJ			Energia: 530,14 Kcal / 2 215,99 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		23,80 g	13,76 g	2,15 g	24,12 g	20,66 g	6,05 g	20,56 g	27,04 g	6,92 g	31,65 g	27,40 g	6,07 g	19,54 g	17,91 g	4,23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		67,32 g	6,49 g	4,35 g	58,63 g	0,02 g	5,34 g	72,01 g	4,01 g	4,24 g	78,00 g	0,01 g	2,47 g	71,73 g	3,61 g	2,93 g
	<b>UZSONNA Óvodás (4-6év)</b>	Kakaós csiga, (*1,7) Alma			Sajt szelet, (*7) Margarin, Paprika, Graham kenyér(*1)			Teljes kiőrlésű kenyér,(*1) Túró rudi krém(*7)			Félbarna kenyér,(*1) Jégcsapretek, Margarin, Főtt tojáskarikák(*3)			Margarin, Sajtos párizsi,(*7) Félbarna kenyér(*1)		
		Energia: 212,41 Kcal / 887,87 KJ			Energia: 298,00 Kcal / 1 245,64 KJ			Energia: 174,56 Kcal / 729,66 KJ			Energia: 251,27 Kcal / 1 050,31 KJ			Energia: 266,67 Kcal / 1 114,68 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3,41 g	12,00 g	4,03 g	11,56 g	12,98 g	5,28 g	7,34 g	2,03 g	0,76 g	8,55 g	9,78 g	2,47 g	8,50 g	11,40 g	3,31 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		22,22 g	5,90 g	0,38 g	33,38 g	0,00 g	1,53 g	31,53 g	2,79 g	0,59 g	32,06 g	3,12 g	1,37 g	32,20 g	0,00 g	1,69 g

\*Allergének jelölése

**Jó étvágyat kívánunk!**

.....

**Élelmezésvezető**

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

Minőségbiztosítás  
+36203770832

[minosegbiztositas@dunagastro.hu](mailto:minosegbiztositas@dunagastro.hu)

A tápértékek Quadro Byte Élelmezési program számításai alapján készültek.