

Heti étlap 2017.03.13. - 2017.03.17.

		hétfő			kedd			csütörtök			péntek		
<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	<b>Tízórai</b>	Forralt tej, Edami sajt, Margarin, Zsemle			Tejeskávét, Húskrém 0,04, Zsemle, Kígyóuborka			Forralt tej, Croissant magos			Gyümölcs tea, Cukkinis túrókrém, Teljes kiőrlésű kenyér		
		Energia: 418,66 Kcal / 1 750,00 KJ			Energia: 470,27 Kcal / 1 965,73 KJ			Energia: 284,35 Kcal / 1 188,58 KJ			Energia: 228,40 Kcal / 954,71 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		22,42 g	19,11 g	10,08 g	18,49 g	21,29 g	8,01 g	10,70 g	12,25 g	1,63 g	11,03 g	2,73 g	1,14 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	39,10 g	0,00 g	1,75 g	50,93 g	10,99 g	1,29 g	32,30 g	0,00 g	0,27 g	39,65 g	5,99 g	0,67 g	
	<b>Ebéd</b>	Tejfölös karalábéleves, Pincepörkölt sertéshúsból, Csemege uborka, Félbarna kenyér, Ásványvíz			Gombaleves magyaros, Vadas pulykatokány, Spagetti, Alma, Ásványvíz			Paradicsomleves, Panírozott tőkehal, Párolt rizsköret, Kapros joghurtos öntet, Alma, Ásványvíz			Sárgaborsó leves pulykahússal, Piskótakocka, Csokiöntet, Mandarin, Félbarna kenyér, Ásványvíz		
		Energia: 665,10 Kcal / 2 780,12 KJ			Energia: 751,78 Kcal / 3 142,44 KJ			Energia: 1 046,76 Kcal / 4 375,46 KJ			Energia: 770,65 Kcal / 3 221,32 KJ		
Fehérje		Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
24,94 g		25,11 g	7,37 g	31,81 g	22,12 g	4,68 g	24,77 g	49,74 g	6,42 g	32,02 g	22,73 g	4,07 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
81,89 g	1,93 g	4,18 g	104,80 g	3,88 g	6,34 g	122,88 g	5,99 g	3,88 g	105,64 g	9,21 g	2,72 g		



## Heti étlap 2017.03.13. - 2017.03.17.

		hétfő	kedd	csütörtök	péntek
<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	<b>Uzsonna</b>	Sertéspárizsi, Vaj, Teljes kiőrlésű kenyér, Paprika	Pizzasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Lilahagyma	Zöldhagymás szendvicskrém, Teljes kiőrlésű kenyér	Joghurt poharas gyümölcsös, Kifli
		Energia: 387,32 Kcal / 1 619,00 KJ	Energia: 269,01 Kcal / 1 124,46 KJ	Energia: 236,94 Kcal / 990,41 KJ	Energia: 219,61 Kcal / 917,97 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		11,44 g 22,31 g 9,52 g	12,74 g 7,17 g 1,20 g	7,83 g 7,74 g 0,00 g	7,42 g 3,25 g 3,13 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
34,68 g 0,00 g 1,57 g	37,95 g 0,00 g 2,27 g	34,05 g 0,00 g 0,99 g	39,70 g 12,99 g 0,49 g		

Elérhet ség: 433-43-05  
 Fax: 433-43-06

Üzletvezet Kurdi Jánosné

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”