

Heti étlap 2017.05.15. - 2017.05.19.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
(00447) Iskolás gyermek XI.	Tízórai	Mézes-citromos tea, Edami sajt, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér			Vaníliás tej, Margarin, Sajtós kifli			Gyümölcs tea, Pulykasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér			Forralt tej, Csokis croissant			Citromos tea, Zöldséges túrókrém, Teljes kiőrlésű kenyér		
		Energia: 473,03 Kcal / 1 977,27 KJ			Energia: 386,10 Kcal / 1 613,90 KJ			Energia: 356,10 Kcal / 1 488,50 KJ			Energia: 273,68 Kcal / 1 143,98 KJ			Energia: 292,70 Kcal / 1 223,49 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17,30 g	26,38 g	11,05 g	9,79 g	16,86 g	5,18 g	12,98 g	15,74 g	4,17 g	8,40 g	15,64 g	1,63 g	10,25 g	3,00 g	1,19 g
	Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
	40,91 g 7,81 g 1,66 g			48,65 g 14,99 g 0,43 g			40,19 g 5,99 g 1,71 g			23,52 g 0,00 g 0,27 g			55,58 g 17,99 g 0,85 g			
	Ebéd	Gombaleves magyaros, Zöldbabfőzelék tejfölös, Sült debreceni, Túró rudi, Félbarna kenyér, Ásványvíz			Karottakrémlés, Levesgyöngy, Borsos sertéstokány, Párolt rizsköret, Uborkasaláta, Ásványvíz			Pulykaraguleves, Metélt tészta, Joghurtos tejföl öntet, Tehéntúró, Porcukor, Alma, Ásványvíz			Zabgaluska leves, Húsgombóc sertéshúsból, Paradicsom mártás, Főtt burgonya fél, Körte, Ásványvíz			Erőleves, Cérametélt, Sárgaborsó főzelék, Pulyka pörkölt, Narancs, Ásványvíz		
		Energia: 749,00 Kcal / 3 130,82 KJ			Energia: 756,54 Kcal / 3 162,34 KJ			Energia: 763,63 Kcal / 3 191,97 KJ			Energia: 740,66 Kcal / 3 095,96 KJ			Energia: 686,33 Kcal / 2 868,86 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
27,11 g		38,88 g	8,20 g	22,97 g	32,60 g	8,88 g	35,11 g	21,03 g	6,11 g	26,62 g	21,06 g	3,28 g	40,58 g	20,74 g	4,29 g	
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
62,66 g 13,10 g 2,28 g			91,39 g 7,99 g 5,36 g			107,95 g 9,99 g 6,36 g			109,03 g 9,99 g 5,20 g			81,27 g 0,35 g 7,37 g				
Uzsonna	Csirkehúsos szendvicssalát, Stangli vizes, Kígyóuborka			Tavaszi felvágott, Vaj, Teljes kiőrlésű kenyér, Retek			Trappista sajt, Margarin, Paprika, Zsemle			Főtt tojás, Margarin, Paradicsom, Teljes kiőrlésű kenyér			Kockasajt, Kifli, Rágórépa			
	Energia: 243,02 Kcal / 1 015,82 KJ			Energia: 370,09 Kcal / 1 546,98 KJ			Energia: 422,24 Kcal / 1 764,96 KJ			Energia: 364,11 Kcal / 1 521,98 KJ			Energia: 191,88 Kcal / 802,06 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
	7,11 g	13,02 g	4,95 g	11,05 g	20,52 g	8,97 g	16,42 g	25,74 g	10,94 g	12,00 g	19,50 g	5,06 g	6,20 g	3,25 g	2,99 g	
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só				
24,08 g 0,00 g 1,15 g			34,86 g 0,00 g 1,50 g			30,72 g 0,00 g 1,65 g			34,72 g 0,00 g 1,01 g			33,45 g 0,00 g 0,72 g				



Heti étlap 2017.05.15. - 2017.05.19.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00447) Iskolás gyermek XI.	Uzsonna					

Elérhetőség: 433-43-05
Fax: 433-43-06

Üzletvezet
Kurdi Jánosné

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”