

## Heti étlap 2017.10.23. - 2017.10.27.

		kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Tízórai</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Hideg tej, Csokis croissant	Gyümölcs tea, Pizzasonka, Margarin, Rágórépa, Zsemle	Karamell , Fonottka	Citromos tea, Olasz felvágott, Vaj, Teljes kiórlésű kenyér
		Energia: 301,81 Kcal / 1 261,57 KJ	Energia: 366,06 Kcal / 1 530,13 KJ	Energia: 320,14 Kcal / 1 338,19 KJ	Energia: 473,01 Kcal / 1 977,18 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		8,60 g 18,24 g 3,04 g	11,50 g 16,99 g 3,82 g	10,33 g 6,76 g 3,11 g	11,92 g 24,22 g 11,35 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
24,12 g 0,00 g 0,23 g	41,05 g 7,00 g 2,24 g	54,42 g 22,78 g 0,23 g	51,14 g 17,99 g 2,34 g		
<b>Ebéd</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Brokkolikrémleves , Levesgyöngy, Hentes pulykaragu, Párolt rizsköret , Alma, Ásványvíz	Csontleves , Cénametél , Húsgombóc pulykahúsból, Paradicsom mártás , Főtt burgonya, Körte, Ásványvíz	Tavaszi zellerleves, Mexikói chilis bab, Pogácsa , Ásványvíz	Vegyes gyümölcsleves, Rántott hal, Petrezselymes burgonya , Joghurtos öntet , Ásványvíz
		Energia: 640,60 Kcal / 2 677,71 KJ	Energia: 687,65 Kcal / 2 874,38 KJ	Energia: 873,12 Kcal / 3 649,64 KJ	Energia: 696,88 Kcal / 2 912,96 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		25,21 g 22,57 g 5,69 g	24,91 g 22,03 g 3,50 g	39,59 g 36,83 g 7,69 g	16,68 g 15,26 g 4,73 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
81,80 g 0,07 g 4,30 g	95,65 g 9,99 g 4,99 g	91,44 g 0,26 g 3,22 g	121,12 g 20,98 g 12,36 g		



## Heti étlap 2017.10.23. - 2017.10.27.

		kedd	szerda	csütörtök	péntek								
<b>Uzsonna</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Edami sajt, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér	Cukkinis vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér	Zala felvágott, Margarin, Paradicsom, Teljes kiőrlésű kenyér	Kockasajt, sonkás, Paprika, Kifli								
		Energia: 440,54 Kcal / 1 841,46 KJ		Energia: 274,97 Kcal / 1 149,37 KJ		Energia: 365,16 Kcal / 1 526,37 KJ		Energia: 206,65 Kcal / 863,80 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		17,22 g	26,36 g	11,05 g	6,86 g	12,61 g	5,80 g	12,80 g	18,90 g	6,73 g	8,64 g	5,50 g	2,97 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33,08 g	0,00 g	1,66 g	33,18 g	0,00 g	1,16 g	35,48 g	0,00 g	1,87 g	30,40 g	0,00 g	0,56 g		

Elérhetőség: 433-43-05  
 Fax: 433-43-06

Üzletvezető  
 Kurdi Jánosné

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk ”