

Heti étlap 2016.11.07. - 2016.11.11.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00447) Iskolás gyermek XI.	Tízórai	Kakaó, Vaj, Kifli	Forralt tej, Croissant sajtós	Citromos tea, Csirkemájkrém, Lilahagyma, Teljes kiőrlésű kenyér	Forralt tej, Vaj, Császárszemle mákszemekkel	Gyümölcs tea, Zala felvágott, Margarin, Jégcsap retek, Félbarna kenyér
		Energia: 392,69 Kcal / 1 641,44 Kj	Energia: 319,00 Kcal / 1 333,42 Kj	Energia: 245,05 Kcal / 1 024,31 Kj	Energia: 354,94 Kcal / 1 483,65 Kj	Energia: 424,41 Kcal / 1 774,03 Kj
		Fehérje 10,74 g Zsír 17,33 g T.Zsírsvav 8,41 g	Fehérje 8,85 g Zsír 18,80 g T.Zsírsvav 1,63 g	Fehérje 11,83 g Zsír 1,61 g T.Zsírsvav 0,36 g	Fehérje 10,74 g Zsír 20,40 g T.Zsírsvav 8,40 g	Fehérje 13,01 g Zsír 8,91 g T.Zsírsvav 6,77 g
		Szénhidrát 48,26 g Cukor 10,99 g Só 0,23 g	Szénhidrát 26,90 g Cukor 0,00 g Só 0,27 g	Szénhidrát 45,32 g Cukor 7,50 g Só 0,91 g	Szénhidrát 31,22 g Cukor 0,00 g Só 0,27 g	Szénhidrát 48,93 g Cukor 19,07 g Só 1,99 g
	Ebéd	Csontleves, Cérnametél, Tarkababfőzelék, Sült csirkecomb, Félbarna kenyér, Müzli, gyümölcsös, Ásványvíz	Magyaros zellerleves, Borsos pulykatokány, Párolt rizsköret, Céklasaláta, Ásványvíz	Burgonyaleves, Bolognai spagetti 0,3, Körte, Ásványvíz	Rizsleves, Zöldborsófőzelék, Szezámós sertés vagdalt, Félbarna kenyér, Alma, Ásványvíz	Sütőtökrém leves, Piritott kiskocka, Rántott halrudacska, Petrezselymes burgonya fél, Párolt zöldség fél, Ásványvíz
		Energia: 1 042,05 Kcal / 4 355,77 Kj	Energia: 670,96 Kcal / 2 804,61 Kj	Energia: 736,16 Kcal / 3 077,15 Kj	Energia: 1 007,97 Kcal / 4 213,31 Kj	Energia: 733,93 Kcal / 3 067,83 Kj
		Fehérje 70,60 g Zsír 28,51 g T.Zsírsvav 4,94 g	Fehérje 24,73 g Zsír 18,78 g T.Zsírsvav 3,38 g	Fehérje 22,92 g Zsír 20,41 g T.Zsírsvav 4,38 g	Fehérje 36,74 g Zsír 48,20 g T.Zsírsvav 6,81 g	Fehérje 22,54 g Zsír 32,13 g T.Zsírsvav 3,57 g
		Szénhidrát 123,25 g Cukor 10,08 g Só 5,89 g	Szénhidrát 99,32 g Cukor 5,59 g Só 5,86 g	Szénhidrát 113,68 g Cukor 3,00 g Só 5,68 g	Szénhidrát 103,90 g Cukor 9,07 g Só 4,17 g	Szénhidrát 87,11 g Cukor 3,10 g Só 4,73 g
Uzsonna						



Heti étlap 2016.11.07. - 2016.11.11.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00447) Iskolás gyermek XI.	Uzsonna	Zöldfűszeres szendvicskrém, Kígyóuborka, Teljes kiőrlésű kenyér	Baromfipárizsi, Margarin, Paradicsom, Teljes kiőrlésű kenyér	Trappista sajt, Margarin, Zsemle, Hideg tej	Vitaminos túrókrém, Paprika, Teljes kiőrlésű kenyér	Kockasajt, Teljes kiőrlésű kifli
		Energia: 242,45 Kcal / 1 013,44 KJ	Energia: 361,28 Kcal / 1 510,15 KJ	Energia: 533,01 Kcal / 2 227,98 KJ	Energia: 199,31 Kcal / 833,12 KJ	Energia: 171,77 Kcal / 718,00 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		7,10 g 8,65 g 3,87 g	11,02 g 9,37 g 5,04 g	22,62 g 21,19 g 13,98 g	9,89 g 2,22 g 0,78 g	5,60 g 3,15 g 2,97 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
33,75 g 0,00 g 0,68 g	35,30 g 0,00 g 1,42 g	39,82 g 0,00 g 1,88 g	34,71 g 0,00 g 0,99 g	29,40 g 0,00 g 0,56 g		

Elérhetőség: 433-43-05
Fax: 433-43-06

Kurdi Jánosné
Üzletvezet

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”