

## Heti étlap 2017.11.13. - 2017.11.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Tízórai</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Forralt tej, Margarin, Baromfipárizsi, Teljes kiórlésű kenyér , Paprika	Gyümölcs tea, Edami sajt, Margarin, Teljes kiórlésű kenyér	Kakaó, Fonottka	Forralt tej, Sertés zsír, Félbarna kenyér, Paradicsom	Citromos tea, Sajtkrém, Teljes kiórlésű kenyér , Paprika
		Energia: 473,65 Kcal / 1 979,86 KJ	Energia: 469,75 Kcal / 1 963,56 KJ	Energia: 286,24 Kcal / 1 196,48 KJ	Energia: 438,19 Kcal / 1 831,63 KJ	Energia: 354,14 Kcal / 1 480,31 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 19,19 g 23,97 g 7,05 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 17,30 g 26,38 g 11,05 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 10,70 g 7,19 g 3,37 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 13,00 g 23,64 g 9,10 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 13,94 g 9,07 g 4,47 g
		Szénhidrát Cukor Só 45,07 g 0,00 g 1,53 g	Szénhidrát Cukor Só 40,10 g 7,00 g 1,66 g	Szénhidrát Cukor Só 44,64 g 12,79 g 0,23 g	Szénhidrát Cukor Só 40,74 g 1,08 g 1,00 g	Szénhidrát Cukor Só 53,71 g 17,99 g 1,99 g
<b>Ebéd</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Sajtgaluska leves , Főtt virsli, Zöldbabfőzelék, Meggyes pite 1db (friss) , Ásványvíz, Félbarna kenyér	Zellerkrémleves , Levesgyöngy, Lecsós sertéstokány, Tarhonya köret , Alma, Ásványvíz	Gulyásleves sertés hússal, Főtt tészta, Mákszórás, Szilva, Ásványvíz, Félbarna kenyér	Paradicsomleves , Rántott csirkemell , Petrezselymes burgonya, Csemege uborka, Ásványvíz	Zöldségkrémleves , Zsemlekočka, Sertéspörkölt 0,15, Párolt rizsköret , Vegyes vágott savanyúság, Ásványvíz
		Energia: 986,97 Kcal / 4 125,53 KJ	Energia: 702,51 Kcal / 2 936,49 KJ	Energia: 834,28 Kcal / 3 487,29 KJ	Energia: 753,87 Kcal / 3 151,18 KJ	Energia: 696,33 Kcal / 2 910,66 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 30,72 g 31,66 g 12,45 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 25,76 g 29,70 g 8,36 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 25,50 g 18,53 g 3,35 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 30,74 g 27,07 g 3,00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 22,07 g 28,87 g 7,39 g
		Szénhidrát Cukor Só 119,40 g 28,06 g 5,12 g	Szénhidrát Cukor Só 80,35 g 1,32 g 4,85 g	Szénhidrát Cukor Só 139,24 g 16,07 g 4,47 g	Szénhidrát Cukor Só 94,80 g 5,99 g 5,77 g	Szénhidrát Cukor Só 85,90 g 0,88 g 5,79 g

## Heti étlap 2017.11.13. - 2017.11.17.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Uzsonna</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Mogyorókrém, Zsemle			Pulyka felvágott, Vaj, Stangli vizes, Kígyóuborka			Magyaros vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér , Jégcsap rettek			Húskrém, Teljes kiőrlésű kenyér			Joghurt poharas gyümölcsös, Kifli		
		Energia: 139,01 Kcal / 581,06 KJ			Energia: 341,34 Kcal / 1 426,80 KJ			Energia: 249,88 Kcal / 1 044,50 KJ			Energia: 268,41 Kcal / 1 121,95 KJ			Energia: 219,61 Kcal / 917,97 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		4,73 g	0,49 g	0,00 g	9,32 g	22,73 g	6,77 g	7,45 g	8,49 g	3,66 g	9,13 g	12,86 g	4,32 g	7,42 g	3,25 g	3,13 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28,76 g	0,22 g	0,48 g	23,71 g	0,00 g	1,65 g	35,61 g	0,00 g	1,75 g	28,74 g	0,00 g	0,78 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”