

Heti étlap 2016.09.05. - 2016.09.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00447) Iskolás gyermek XI.	Tízórai	Tejeskávé, Mexikói felvágott, Teljes kiőrlésű kenyér, Margarin	Forralt tej, Croissant sajtos	Citromos tea, Padlizsános szendvicskrém, Teljes kiőrlésű kenyér	Forralt tej, Méz, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcs tea, Zöldfűszeres túrókrém, Paprika, Teljes kiőrlésű kenyér
		Energia: 484,09 Kcal / 2 023,50 Kj	Energia: 319,00 Kcal / 1 333,42 Kj	Energia: 335,15 Kcal / 1 400,93 Kj	Energia: 337,68 Kcal / 1 411,50 Kj	Energia: 271,73 Kcal / 1 135,83 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		15,87 g 23,00 g 7,39 g	8,85 g 18,80 g 1,63 g	7,44 g 14,37 g 5,26 g	12,72 g 7,60 g 1,63 g	9,82 g 2,06 g 0,66 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
	53,12 g 10,99 g 1,83 g	26,90 g 0,00 g 0,27 g	43,52 g 7,50 g 1,45 g	54,55 g 12,15 g 1,13 g	53,04 g 17,99 g 1,21 g	
	Ebéd	Sertéshúsgaluska leves, Sós kamartás, Burgonya főtt fél, Főtt tojás, Alma, Ásványvíz	Ásványvíz, Levesgyöngy, Nektarin, Párolt rizsköret, Sertésragu Budapest módra, Zellerkrémleves	Paradicsomos tonhal, Tészta köret penne, Reszelt sajt, Alma, Ásványvíz, Gombaleves	Tarhonyaleves burgonyával, Tököfőzelék tejfölös, Szárnyas vagdalt, Müzliszelet, gyümölcsös, Ásványvíz	Lencsegulyás sertéshússal, Mákos metélt, Körte, Ásványvíz
		Energia: 552,33 Kcal / 2 308,74 Kj	Energia: 651,32 Kcal / 2 722,52 Kj	Energia: 605,74 Kcal / 2 531,99 Kj	Energia: 329,99 Kcal / 1 379,36 Kj	Energia: 940,37 Kcal / 3 930,75 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
18,63 g 21,50 g 4,93 g		20,90 g 24,58 g 10,21 g	22,15 g 15,93 g 7,53 g	15,20 g 13,89 g 4,72 g	28,12 g 32,81 g 5,79 g	
Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
69,64 g 9,99 g 3,92 g	85,58 g 0,44 g 7,96 g	91,92 g 3,13 g 3,01 g	35,39 g 9,44 g 3,09 g	131,89 g 30,63 g 2,60 g		



Heti étlap 2016.09.05. - 2016.09.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00447) Iskolás gyermek XI.	Uzsonna	Gouda sajt, Vaj, Paradicsom, Zsemle	Csirkehúsos szendvicskrém, Kígyóuborka, Teljes kiőrlésű kenyér	Kockasajt, Margarin, Paprika, Korpás zsemle	Magyaros vajkrém, Kígyóuborka, Zsemle	Joghurt poharas gyümölcsös, Kifli
		Energia: 421,20 Kcal / 1 760,62 KJ	Energia: 290,49 Kcal / 1 214,25 KJ	Energia: 215,78 Kcal / 901,96 KJ	Energia: 248,24 Kcal / 1 037,64 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
		16,24 g 25,67 g 13,93 g	9,56 g 12,83 g 4,73 g	6,08 g 7,27 g 2,97 g	5,85 g 11,49 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	Szénhidrát Cukor Só
30,80 g 0,00 g 1,46 g	33,87 g 0,00 g 1,19 g	30,60 g 0,00 g 1,51 g	30,74 g 0,00 g 0,76 g	39,70 g 12,99 g 0,49 g		

.....
 Élelmezési osztályvezet

.....
 Vezet dietetikus

.....
 Gazdaságvezet