

Heti étlap 2017.01.09. - 2017.01.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00447) Iskolás gyermek XI.	Forralt tej, Szendvicsskrém, Teljes kiőrlésű kenyér	Tejeskávét, Croissant magos	Gyümölcs tea, Zala felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér	Forralt tej, Zsemle magos, Vaj	Mézes-citromos tea, Padlizsános szendvicsskrém, Jégcsap retek, Teljes kiőrlésű kenyér
		Energia: 366,38 Kcal / 1 531,47 KJ	Energia: 315,53 Kcal / 1 318,92 KJ	Energia: 288,09 Kcal / 1 204,22 KJ	Energia: 292,58 Kcal / 1 222,98 KJ	Energia: 343,32 Kcal / 1 435,08 KJ
		Fehérje 13,41 g Zsír 15,60 g T.Zsír 7,43 g	Fehérje 9,73 g Zsír 11,80 g T.Zsír 1,39 g	Fehérje 12,34 g Zsír 8,82 g T.Zsír 2,91 g	Fehérje 11,33 g Zsír 10,35 g T.Zsír 5,01 g	Fehérje 8,79 g Zsír 14,05 g T.Zsír 6,15 g
		Szénhidrát 43,00 g Cukor 0,00 g Só 0,93 g	Szénhidrát 41,99 g Cukor 10,99 g Só 0,23 g	Szénhidrát 39,43 g Cukor 5,99 g Só 1,86 g	Szénhidrát 38,53 g Cukor 0,00 g Só 1,06 g	Szénhidrát 44,94 g Cukor 7,81 g Só 1,81 g
Ebéd	(00447) Iskolás gyermek XI.	Korpagaluska leves, Főtt tojás, Sólet, Félbarna kenyér, Narancs, Ásványvíz	Bakonyi betyárleves sertéshússal, Gránátos kocka, Csemege uborka, Ásványvíz	Sajtkrémleves, Szezám-magos rántott csirkemell, Párolt rizs fél, Párolt zöldség fél, Alma, Ásványvíz	Tarhonyaleves, Székelykáposzta, Túró rudi, Félbarna kenyér, Ásványvíz	Zöldborsóleves, Húsgombóc sertéshúsból, Paradicsom mártás, Főtt burgonya fél, Körte, Ásványvíz
		Energia: 896,31 Kcal / 3 746,58 KJ	Energia: 651,40 Kcal / 2 722,85 KJ	Energia: 902,96 Kcal / 3 774,37 KJ	Energia: 719,32 Kcal / 3 006,76 KJ	Energia: 703,78 Kcal / 2 941,80 KJ
		Fehérje 43,07 g Zsír 20,55 g T.Zsír 3,56 g	Fehérje 25,70 g Zsír 24,12 g T.Zsír 6,52 g	Fehérje 34,87 g Zsír 40,95 g T.Zsír 8,29 g	Fehérje 26,74 g Zsír 28,63 g T.Zsír 6,75 g	Fehérje 19,55 g Zsír 19,38 g T.Zsír 3,90 g
		Szénhidrát 129,56 g Cukor 0,90 g Só 5,93 g	Szénhidrát 81,03 g Cukor 0,33 g Só 7,09 g	Szénhidrát 96,90 g Cukor 0,00 g Só 5,96 g	Szénhidrát 78,67 g Cukor 10,06 g Só 5,24 g	Szénhidrát 110,97 g Cukor 11,99 g Só 4,94 g



Heti étlap 2017.01.09. - 2017.01.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Uzsonna	(00447) Iskolás gyermek XI.	Pizzasonka, Margarin, Kígyóuborka, Zsemle	Szardiniakrém, Lilahagyma, Teljes kiőrlésű kenyér	Hideg tej, Kőrözött túró házi, Félbarna kenyér, Kígyóuborka	Húskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom	Kockasajt, Kifli										
		Energia: 231,70 Kcal / 968,51 KJ	Energia: 260,09 Kcal / 1 087,18 KJ	Energia: 340,51 Kcal / 1 423,33 KJ	Energia: 302,83 Kcal / 1 265,83 KJ	Energia: 195,52 Kcal / 817,27 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		11,28 g	6,92 g	0,00 g	10,22 g	7,56 g	0,56 g	20,15 g	9,47 g	4,79 g	10,47 g	12,11 g	3,24 g	8,32 g	6,56 g	3,72 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
30,75 g	0,00 g	2,10 g	37,66 g	0,00 g	1,04 g	42,33 g	1,08 g	1,57 g	37,20 g	0,71 g	1,22 g	25,58 g	0,00 g	0,70 g		

Elérhet ség: 433-43-05
 Fax: 433-43-06

Kurdi Jánosné
 Üzletvezet

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”