

## Heti étlap 2018.01.22. - 2018.01.26.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Tízórai</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Forralt tej, Sárgabaracklekvár, Vaj, Teljes kiőrlésű kenyér	Kakaó, Croissant magos	Mézes-citromos tea, Pizzasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Savanyú káposzta	Forralt tej, Vaj, Kifli korpás	Gyümölcs tea, Magyaros szendvicskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom
		Energia: 365,21 Kcal / 1 526,58 KJ	Energia: 330,76 Kcal / 1 382,58 KJ	Energia: 386,56 Kcal / 1 615,82 KJ	Energia: 339,74 Kcal / 1 420,11 KJ	Energia: 274,73 Kcal / 1 148,37 KJ
		Fehérje 12,76 g Zsír 10,60 g T.Zsír 5,01 g	Fehérje 11,07 g Zsír 12,68 g T.Zsír 1,88 g	Fehérje 13,03 g Zsír 17,28 g T.Zsír 3,80 g	Fehérje 10,80 g Zsír 17,31 g T.Zsír 8,40 g	Fehérje 7,43 g Zsír 8,56 g T.Zsír 3,68 g
		Szénhidrát 54,45 g Cukor 10,86 g Só 0,94 g	Szénhidrát 42,50 g Cukor 9,99 g Só 0,27 g	Szénhidrát 44,09 g Cukor 7,81 g Só 2,88 g	Szénhidrát 35,14 g Cukor 0,00 g Só 0,88 g	Szénhidrát 41,53 g Cukor 5,01 g Só 1,69 g
<b>Ebéd</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Lebbencsleves, Köményes sertéssült, Tököfőzelék, Alma, Ásványvíz	Karalábéleves, Lecsós pulykafalatok, Tört burgonya, Müzliszelet, gyümölcsös, Ásványvíz	Vegyes gyümölcsleves, Fűszeres csirkecomb, Rizi-bizi, Vegyes vágott savanyúság	Frankfurti leves, Piskótakocka, Csokiöntet, Mandarin, Ásványvíz	Zellerkrémleves, Levesgyöngy, Spagetti, Milánói sertésragu, Reszelt sajt, Kiwi, Ásványvíz
		Energia: 470,69 Kcal / 1 967,48 KJ	Energia: 695,47 Kcal / 2 907,06 KJ	Energia: 705,75 Kcal / 2 950,04 KJ	Energia: 719,58 Kcal / 3 007,84 KJ	Energia: 914,46 Kcal / 3 822,44 KJ
		Fehérje 24,77 g Zsír 17,53 g T.Zsír 5,50 g	Fehérje 31,25 g Zsír 24,51 g T.Zsír 4,89 g	Fehérje 46,45 g Zsír 18,39 g T.Zsír 4,21 g	Fehérje 17,53 g Zsír 28,40 g T.Zsír 4,76 g	Fehérje 36,42 g Zsír 36,85 g T.Zsír 12,49 g
		Szénhidrát 50,51 g Cukor 5,00 g Só 2,13 g	Szénhidrát 84,17 g Cukor 4,00 g Só 6,04 g	Szénhidrát 88,09 g Cukor 2,30 g Só 3,65 g	Szénhidrát 93,09 g Cukor 8,49 g Só 2,77 g	Szénhidrát 106,06 g Cukor 0,00 g Só 4,50 g

## Heti étlap 2018.01.22. - 2018.01.26.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Uzsonna</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Olasz felvágott, Margarin, Zsemle, Kígyóuborka	Tojáskrém, Teljes kiőrlésű kenyér , Paprika	Sárgarépas túrókrém, Zsemle magos	Szardiniakrém, Teljes kiőrlésű kenyér , Lilahagyma	Mackósajt, Kifli
		Energia: 382,11 Kcal / 1 597,22 Kj	Energia: 228,36 Kcal / 954,54 Kj	Energia: 175,70 Kcal / 734,43 Kj	Energia: 318,11 Kcal / 1 329,70 Kj	Energia: 211,91 Kcal / 885,78 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		10,96 g 24,00 g 8,38 g	9,70 g 5,08 g 0,82 g	7,51 g 2,85 g 1,31 g	14,98 g 11,86 g 1,69 g	8,88 g 6,60 g 3,72 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
30,11 g 0,00 g 2,38 g	35,71 g 0,00 g 1,24 g	29,72 g 0,00 g 1,79 g	37,68 g 0,00 g 1,10 g	29,00 g 0,00 g 0,70 g		

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

Kurdi Jánosné  
 Üzletvezető

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”