

Heti étlap 2018.01.29. - 2018.02.02.

| | | hétfő | kedd | szerda | csütörtök | péntek |
|------------------------|------------------------------------|---|--|--|--|--|
| Tízórai | (00447) Iskolás gyermek XI. | Forralt tej, Méz, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér | Tejeskávét, Vaj, Zsemle szezámmagos | Citromos tea, Májusi csemege, Margarin, Zsemle | Forralt tej, Croissant sajtos | Gyümölcs tea, Sajtkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Paprika |
| | | Energia: 444,96 Kcal / 1 859,93 KJ | Energia: 387,31 Kcal / 1 618,96 KJ | Energia: 378,34 Kcal / 1 581,46 KJ | Energia: 319,00 Kcal / 1 333,42 KJ | Energia: 304,47 Kcal / 1 272,68 KJ |
| | | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv |
| | | 12,78 g 17,60 g 5,43 g | 10,39 g 16,90 g 8,16 g | 8,96 g 20,22 g 6,00 g | 8,85 g 3,00 g 1,63 g | 8,39 g 12,32 g 6,87 g |
| | | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só |
| 58,68 g 16,20 g 1,13 g | 48,25 g 10,99 g 1,02 g | 39,54 g 10,00 g 1,42 g | 26,90 g 0,00 g 0,27 g | 39,52 g 5,01 g 0,84 g | | |
| | | | | | | |
| Ebéd | (00447) Iskolás gyermek XI. | Tarhonyaleves, Főtt baromfi virslí, Sós kamartás, Főtt burgonya, Pite, almás, Ásványvíz | Gombaleves, Vadas pulykaapró, Spagetti, Körte, Ásványvíz | Babgulyás sertés húsos, Tejbedara, Kakaószórat, Alma, Ásványvíz, Félbarna kenyér | Daragaluska leves, Budapest csirkecsikok, Párolt rizsköret, Narancs, Ásványvíz | Sütőtökkrém leves, Piritott tökmag, Rántott hal, Petrezselymes burgonya, Csíki saláta, Ásványvíz |
| | | Energia: 557,36 Kcal / 2 329,76 KJ | Energia: 586,42 Kcal / 2 451,24 KJ | Energia: 927,97 Kcal / 3 878,91 KJ | Energia: 676,13 Kcal / 2 826,22 KJ | Energia: 746,57 Kcal / 3 120,66 KJ |
| | | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv |
| | | 19,35 g 20,25 g 7,01 g | 14,78 g 13,18 g 2,21 g | 36,40 g 23,16 g 7,49 g | 33,39 g 15,36 g 2,98 g | 20,93 g 18,89 g 3,24 g |
| | | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só |
| 71,30 g 9,99 g 3,67 g | 101,14 g 5,00 g 3,80 g | 140,07 g 32,19 g 2,88 g | 97,45 g 0,00 g 3,71 g | 120,08 g 7,71 g 12,82 g | | |
| | | | | | | |



PENSIO
MINŐSÉGI KÖZÉTKEZTETÉS KFT

1103 Budapest, Kőér u. 5.
Tel. / fax: +36 1 262 3625
Web: www.minosegikozetkeztetes.hu
E-mail: info@minosegikozetkeztetes.hu



Heti étlap 2018.01.29. - 2018.02.02.

| | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|----------------|--|---|---------|----------|---|---------|----------|---|---------|----------|---|---------|----------|----------------------------------|--------|----------|
| Uzsonna | (00447) Iskolás gyermek XI. | Főtt tojás, Margarin, Félbarna kenyér, Paprika | | | Szárnyashúskrém, Teljes kiórlású kenyér, Lilahagyma | | | Gouda sajt, Margarin, Teljes kiórlású kenyér, Kígyóuborka | | | Zöldséges túrókrém, Teljes kiórlású kenyér, Paprika | | | Gyümölcsjoghurt, Kifli | | |
| | | Energia: 351,27 Kcal / 1 468,31 KJ | | | Energia: 249,80 Kcal / 1 044,16 KJ | | | Energia: 441,72 Kcal / 1 846,39 KJ | | | Energia: 235,57 Kcal / 984,68 KJ | | | Energia: 219,65 Kcal / 918,14 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv | Fehérje | Zsír | T.Zsírsv |
| | | 11,92 g | 19,55 g | 5,10 g | 9,60 g | 6,65 g | 0,25 g | 17,68 g | 25,89 g | 10,94 g | 11,21 g | 3,39 g | 1,24 g | 7,50 g | 3,25 g | 1,56 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 30,56 g | 1,08 g | 1,06 g | 37,79 g | 0,00 g | 0,93 g | 33,97 g | 0,00 g | 1,85 g | 39,61 g | 0,00 g | 0,75 g | 39,73 g | 6,50 g | 0,25 g | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |

Elérhetőség: 433-43-05
Fax: 433-43-06

Üzletvezető
Kurdi Jánosné

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”



PENSIO Oldalak
MINŐSÉGI KÖZÉTKEZTETÉS KFT

1103 Budapest, Kőér u. 5.
Tel. / fax: +36 1 262 3625
Web: www.minosegikozetkeztetes.hu
E-mail: info@minosegikozetkeztetes.hu



2018.01.29. 8:25:58 - OB - Élelmiszer