

Heti étlap 2018.03.19. - 2018.03.23.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00447) Iskolás gyermek XI.	Forralt tej, Baromfipárizsi, Margarin, Kukoricás kenyér, Paprika	Kakaó, Margarin, Kifli	Gyümölcs tea, Kockasajt , Sárgarépa, Burgonyás kenyér	Forralt tej, Sajtos stangli	Citromos tea, Répás túrókrém, Zsemle, teljes kiórlésű
		Energia: 468,83 Kcal / 1 959,71 KJ	Energia: 360,57 Kcal / 1 507,18 KJ	Energia: 230,75 Kcal / 964,54 KJ	Energia: 220,90 Kcal / 923,36 KJ	Energia: 227,53 Kcal / 951,08 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		19,01 g 23,97 g 7,05 g	10,72 g 17,33 g 5,44 g	7,64 g 4,00 g 1,02 g	12,27 g 5,60 g 3,12 g	9,33 g 2,22 g 0,98 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
44,05 g 0,00 g 2,07 g	40,29 g 3,00 g 0,43 g	39,91 g 5,01 g 0,62 g	30,45 g 0,00 g 0,27 g	42,14 g 10,00 g 1,56 g		
Ebéd	(00447) Iskolás gyermek XI.	Tarhonyaleves, Tökfőzelék tejfölös, Főtt baromfi virsli, Alma, Ásványvíz, Félbarna kenyér	Palócleves pulykahússal , Tejbedara, Fahéjas porcukor szórat, Narancs, Ásványvíz, Félbarna kenyér	Brokkolikrémleves, Levesgyöngy, Lecsós sertéstokány, Tarhonya köret, Mandarin, Ásványvíz	Húsgaluska leves, Sóskamártás, Főtt tojás, Főtt burgonya fél, Alma, Ásványvíz, Félbarna kenyér	Erőleves, Cérnametélt, Székelykáposzta, Félbarna kenyér, Alma, Ásványvíz
		Energia: 592,41 Kcal / 2 476,27 KJ	Energia: 736,25 Kcal / 3 077,53 KJ	Energia: 498,43 Kcal / 2 083,44 KJ	Energia: 660,24 Kcal / 2 759,80 KJ	Energia: 568,90 Kcal / 2 378,00 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		19,56 g 21,69 g 7,12 g	23,33 g 11,17 g 4,66 g	15,65 g 11,35 g 2,48 g	24,70 g 23,44 g 6,45 g	26,23 g 26,95 g 7,43 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
76,00 g 8,71 g 6,09 g	131,67 g 31,69 g 3,40 g	81,38 g 0,00 g 3,62 g	84,68 g 10,71 g 3,64 g	52,48 g 0,72 g 4,88 g		



Heti étlap 2018.03.19. - 2018.03.23.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Uzsonna	(00447) Iskolás gyermek XI.	Magyaros vajkrém, Zsemle, teljes kiőrlésű			Kígyóuborka, Szardiniakrém, Teljes kiőrlésű kenyér			Hideg rizstej, Főtt tojás, Vaj, Zsemle, teljes kiőrlésű			Diákcsemege, Margarin, Jégcsapretek, Teljes kiőrlésű kenyér			Gyümölcsjoghurt, Kifli		
		Energia: 230,13 Kcal / 961,94 Kj			Energia: 304,20 Kcal / 1 271,56 Kj			Energia: 429,48 Kcal / 1 795,23 Kj			Energia: 471,29 Kcal / 1 969,99 Kj			Energia: 203,26 Kcal / 849,63 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		5,87 g	8,22 g	3,66 g	14,88 g	11,86 g	1,69 g	11,03 g	18,48 g	6,42 g	13,70 g	31,05 g	10,09 g	6,94 g	3,21 g	1,56 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
32,89 g	0,00 g	1,56 g	34,38 g	0,00 g	1,11 g	55,07 g	9,70 g	0,71 g	33,70 g	0,00 g	2,93 g	36,31 g	6,50 g	0,25 g		

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

Faragóné Medveczki Anett
 Üzletvezető

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”