

## Heti étlap 2018.10.29. - 2018.11.02.

		hétfő	kedd	szerda
Tízórai	(00447) Iskolás gyermek XI.	Gyümölcs tea, Diákcsemege, Margarin, Kukoricás kenyér	Hideg tej, Vaj, Zsemle, magos, Paprika	Citromos tea, Sonkás szelet, Margarin, Zsemle
		Energia: 454,05 Kcal / 1 897,93 KJ	Energia: 404,99 Kcal / 1 692,86 KJ	Energia: 369,02 Kcal / 1 542,50 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		11,94 g 30,90 g 10,09 g	12,54 g 20,13 g 9,81 g	13,30 g 17,65 g 4,95 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
31,37 g 5,01 g 3,20 g	42,94 g 0,00 g 0,92 g	38,67 g 10,00 g 1,99 g		
Ebéd	(00447) Iskolás gyermek XI.	Almaleves , Pásztor tarhonya, Céklasaláta , Félbarna kenyér, Puncskocka, Ásványvíz	Húsleves , Cérnametélt , Főtt sertéskaraj, Sós kamartás, Főtt burgonya, Körte, Ásványvíz	Palócleves pulykahússal , fodros nagykocka, Tehéntúró, Tejföl, Banán , Ásványvíz
		Energia: 859,10 Kcal / 3 591,04 KJ	Energia: 532,67 Kcal / 2 226,56 KJ	Energia: 907,94 Kcal / 3 795,19 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		22,28 g 23,16 g 3,91 g	26,94 g 17,96 g 5,92 g	31,49 g 18,89 g 6,77 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
137,04 g 21,96 g 4,59 g	64,11 g 9,99 g 3,90 g	149,22 g 0,00 g 4,81 g		



## Heti étlap 2018.10.29. - 2018.11.02.

		hétfő	kedd	szerda
<b>Uzsonna</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Zöldhagymás szendvicsskrém , Zsemle, teljes kiőrlésű , Kígyóborka	Magyaros túrókrém , Zsemle, teljes kiőrlésű	Vajkrém, , Félbarna kenyér, Paradicsom
		Energia: 230,35 Kcal / 962,86 Kj	Energia: 197,13 Kcal / 824,00 Kj	Energia: 206,12 Kcal / 861,58 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		7,35 g 7,57 g 0,00 g	9,42 g 3,33 g 1,57 g	5,70 g 8,56 g 3,93 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
33,28 g 0,00 g 0,89 g	32,07 g 0,00 g 0,85 g	25,55 g 0,90 g 0,60 g		

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

Medveczki Anett  
Üzletvezető

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”