

## Heti étlap 2018.12.03. - 2018.12.07.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Tízórai</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Gyümölcs tea, Sonkás szelet, Margarin, Zsemle	Tejeskávé, Vaj, Kalács	Citromos tea, Trappista sajt, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér	Forralt tej, Mogyorókrém, Zsemle	Gyümölcs tea, Tavaszki felvágott, Margarin, Zsemle, teljes kiőrlésű, Paradicsom
		Energia: 348,48 Kcal / 1 456,65 KJ	Energia: 492,23 Kcal / 2 057,52 KJ	Energia: 477,10 Kcal / 1 994,28 KJ	Energia: 231,01 Kcal / 965,62 KJ	Energia: 379,68 Kcal / 1 587,06 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		13,22 g 17,63 g 4,95 g	12,76 g 22,86 g 10,76 g	17,26 g 25,86 g 10,94 g	11,33 g 3,49 g 1,63 g	9,76 g 20,33 g 6,02 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
33,68 g 5,01 g 1,99 g	58,66 g 15,19 g 0,23 g	43,13 g 10,00 g 1,34 g	38,76 g 0,22 g 0,75 g	38,83 g 5,01 g 1,49 g		
<b>Ebéd</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Kertészleves, Sertéspörkölt, Zöldborsófőzelék, Félbarna kenyér, Alma, Ásványvíz	Legényfogó leves sertéshússal, Káposztás kocka, Mandarin, Ásványvíz	Magyaros karfiolleves, Bakonyi pulykaragu, Párolt rizsköret, Müzliszelet, gyümölcsös, Ásványvíz	Őszibarackleves, Rántott csirkemell, Főtt burgonya, Párolt zöldség fél, Túró desszert, Ásványvíz	Lebbencsleves, Sertéssült, Paradicsomos káposzta, Félbarna kenyér, Alma, Ásványvíz
		Energia: 470,27 Kcal / 1 965,73 KJ	Energia: 785,73 Kcal / 3 284,35 KJ	Energia: 750,49 Kcal / 3 137,05 KJ	Energia: 681,87 Kcal / 2 850,22 KJ	Energia: 563,07 Kcal / 2 353,63 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		19,48 g 12,62 g 1,65 g	34,72 g 25,78 g 7,76 g	27,33 g 24,40 g 4,98 g	29,96 g 13,98 g 6,36 g	31,58 g 15,71 g 3,62 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
67,90 g 5,72 g 3,29 g	106,05 g 4,00 g 4,32 g	103,00 g 4,00 g 4,20 g	108,38 g 21,67 g 3,82 g	70,70 g 2,72 g 2,88 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 2018.12.03. - 2018.12.07.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Uzsonna</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Zöldhagymás szendvicskrém , Zsemle, teljes kiőrlésű , Paprika	Sajtkrém, Zsemle, teljes kiőrlésű , Kígyóuborka	Párizsi baromfi , Margarin, Félbarna kenyér, Savanyú káposzta	Körözött , Zsemle, teljes kiőrlésű , Póréhagyma darabos	Hideg tej, Kockasajt, Kifli korpás
		Energia: 234,27 Kcal / 979,25 KJ	Energia: 266,90 Kcal / 1 115,64 KJ	Energia: 373,65 Kcal / 1 561,86 KJ	Energia: 264,89 Kcal / 1 107,24 KJ	Energia: 316,09 Kcal / 1 321,26 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		7,45 g 7,67 g 0,00 g	7,23 g 11,98 g 6,87 g	12,58 g 20,96 g 5,48 g	12,83 g 3,48 g 1,30 g	15,12 g 12,16 g 6,76 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
33,93 g 0,00 g 0,87 g	32,23 g 0,00 g 0,74 g	32,29 g 1,08 g 1,91 g	45,20 g 0,00 g 1,56 g	36,18 g 0,00 g 1,53 g		

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

Medveczki Anett  
Üzletvezető

” 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

