



### Heti étlap 2019.02.11. - 2019.02.15.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Tízórai</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Forralt tej, Zöldhagymás szendvicsskrém, Zsemle, teljes kiőrlésű	Kakaó, Margarin, Kalács	Gyümölcs tea, Párizsi baromfi, Margarin, Zsemle, teljes kiőrlésű	Forralt tej, Kakaós csiga	Citromos tea, Főtt virsli, Ketchup, Kukoricás kenyér
		Energia: 316,47 Kcal / 1 322,84 KJ	Energia: 465,48 Kcal / 1 945,71 KJ	Energia: 379,66 Kcal / 1 586,98 KJ	Energia: 349,18 Kcal / 1 459,57 KJ	Energia: 357,28 Kcal / 1 493,43 KJ
		Fehérje 13,45 g Zsír 10,52 g T.Zsírsv 1,63 g Szénhidrát 42,43 g Cukor 0,00 g Só 1,14 g	Fehérje 13,09 g Zsír 23,29 g T.Zsírsv 8,04 g Szénhidrát 50,70 g Cukor 7,20 g Só 0,43 g	Fehérje 11,01 g Zsír 20,60 g T.Zsírsv 5,42 g Szénhidrát 36,97 g Cukor 5,01 g Só 1,11 g	Fehérje 10,40 g Zsír 3,00 g T.Zsírsv 1,63 g Szénhidrát 40,90 g Cukor 0,00 g Só 0,27 g	Fehérje 13,88 g Zsír 12,70 g T.Zsírsv 4,60 g Szénhidrát 46,31 g Cukor 12,80 g Só 2,25 g
<b>Ebéd</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Zellerleves, Milánói halas spagetti, Reszelt sajt, Alma, Ásványvíz	Májgaluskaleves, Parajmártás, Főtt tojás, Főtt burgonya, Linzerkarika, Ásványvíz	Karalábéleves magyaros, Sajtos csirkemell, Zöldséges rizs, Mandarin, Ásványvíz	Húsos bableves, Császármorzsa, Kajsziarack lekvár, Körte, Ásványvíz	Burgonyaleves, Tököfőzelék tejfölös, Sertéspörkölt, Félbarna kenyér, Alma, Ásványvíz
		Energia: 628,03 Kcal / 2 625,17 KJ	Energia: 557,92 Kcal / 2 332,11 KJ	Energia: 551,90 Kcal / 2 306,94 KJ	Energia: 1 160,04 Kcal / 4 848,97 KJ	Energia: 414,98 Kcal / 1 734,62 KJ
		Fehérje 19,55 g Zsír 20,43 g T.Zsírsv 5,78 g Szénhidrát 87,63 g Cukor 5,00 g Só 3,72 g	Fehérje 22,81 g Zsír 18,60 g T.Zsírsv 2,59 g Szénhidrát 73,01 g Cukor 0,00 g Só 3,67 g	Fehérje 27,89 g Zsír 15,27 g T.Zsírsv 3,95 g Szénhidrát 74,95 g Cukor 0,00 g Só 3,45 g	Fehérje 35,86 g Zsír 39,28 g T.Zsírsv 9,74 g Szénhidrát 162,05 g Cukor 16,29 g Só 2,54 g	Fehérje 10,77 g Zsír 9,46 g T.Zsírsv 1,92 g Szénhidrát 69,55 g Cukor 6,60 g Só 4,59 g





### Heti étlap 2019.02.11. - 2019.02.15.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>Uzsonna</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Trappista sajt, Vaj, Póréhagyma, Kukoricás kenyér	Csirkehúsos szendvicskrém, Savanyú káposzta, Zsemle, teljes kiőrlésű	Házi körözött, Burgonyás kenyér, Lilahagyma	Padlizsánkrém, Zsemle, teljes kiőrlésű, Paprika	Sajt, lapka, Margarin, Zsemle, teljes kiőrlésű, Paradicsom										
		Energia: 449,46 Kcal / 1 878,74 KJ	Energia: 215,75 Kcal / 901,84 KJ	Energia: 217,67 Kcal / 909,86 KJ	Energia: 202,18 Kcal / 845,11 KJ	Energia: 328,37 Kcal / 1 372,59 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		18,12 g	25,99 g	13,91 g	8,80 g	5,00 g	0,40 g	10,23 g	3,74 g	1,38 g	6,87 g	4,17 g	0,00 g	8,62 g	17,31 g	5,61 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
35,23 g	0,00 g	1,69 g	33,83 g	0,00 g	1,15 g	35,39 g	0,00 g	0,51 g	34,23 g	0,00 g	1,21 g	34,16 g	0,00 g	0,95 g		

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

Medveczki Anett  
Üzletvezető

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk ”

