



Heti étlap 2019.04.29. - 2019.05.03.

		hétfő	kedd	csütörtök	péntek
Tízórai	(00447) Iskolás gyermek XI.	Gyümölcs tea, Főtt Bécsi rudacska, Ketchup, Burgonyás kenyér	Citromos tea, Tonhalkrém , Félbarna kenyér, Paprika	Gyümölcs tea, Pizzasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér	Hideg tej, Zöldfűszeres túrókrém , Zsemle, teljes kiőrlésű , Kígyóuborka
		Energia: 336,02 Kcal / 1 404,56 KJ	Energia: 283,29 Kcal / 1 184,15 KJ	Energia: 360,61 Kcal / 1 507,35 KJ	Energia: 319,69 Kcal / 1 336,30 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		13,98 g 13,16 g 4,60 g	11,08 g 7,63 g 0,90 g	12,18 g 17,12 g 4,72 g	16,92 g 8,35 g 4,27 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
39,88 g 7,81 g 1,05 g	41,34 g 11,08 g 1,01 g	38,90 g 5,01 g 0,87 g	43,82 g 0,00 g 1,29 g		
Ebéd	(00447) Iskolás gyermek XI.	Zöldbableves , Lecsós sertéstokány, Tarhonya köret , Alma, Ásványvíz	Paradicsomleves , Rizseshús, Csemege uborka, Ásványvíz	Húsgaluska leves, Főtt tojás, Sóskamártás, Főtt burgonya, Banán , Ásványvíz	Fahéjas szilvaleves , Serpenyősburg. virslivel, Mongol saláta, Ásványvíz
		Energia: 526,18 Kcal / 2 199,43 KJ	Energia: 688,31 Kcal / 2 877,14 KJ	Energia: 639,27 Kcal / 2 672,15 KJ	Energia: 572,82 Kcal / 2 394,39 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		17,55 g 8,73 g 0,89 g	19,85 g 15,13 g 3,34 g	23,23 g 22,17 g 6,96 g	17,60 g 18,63 g 6,47 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
92,86 g 0,00 g 3,70 g	117,11 g 7,99 g 4,51 g	84,43 g 9,99 g 2,63 g	80,80 g 13,31 g 2,46 g		





Heti étlap 2019.04.29. - 2019.05.03.

		hétfő	kedd	csütörtök	péntek								
<b>Uzsonna</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Trappista sajt, Margarin, Zsemle, teljes kiőrlésű, Póréhagyma	Hideg tej, Kakaós csiga	Sajtkrém, Zsemle, Újhagyma	Gyümölcs joghurt, Kifli								
		Energia: 425,58 Kcal / 1 778,92 KJ	Energia: 377,75 Kcal / 1 579,00 KJ	Energia: 259,74 Kcal / 1 085,71 KJ	Energia: 219,61 Kcal / 917,97 KJ								
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		16,33 g	25,64 g	10,94 g	10,60 g	5,60 g	3,04 g	6,89 g	11,93 g	6,87 g	7,42 g	3,25 g	3,13 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31,88 g	0,00 g	1,22 g	41,50 g	0,00 g	0,22 g	31,29 g	0,00 g	0,68 g	39,70 g	12,99 g	0,49 g		

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

Medveczki Anett  
Üzletvezető

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk ”

