



### Heti étlap 2019.06.17. - 2019.06.21.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>Tízórai</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Hideg tej, Méz, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér	Forralt tej, Magyaros vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Paprika	Gyümölcs tea, Párizsi glutén- és szója mentes, Vaj, Zsemle, teljes kiőrlésű, Kígyóuborka	Karamell, Margarin, Császárszemle mákszemekkel	Gyümölcs tea, Szárnyashúskrém, Zsemle, teljes kiőrlésű, Paradicsom										
		Energia: 456,73 Kcal / 1 909,13 KJ	Energia: 368,74 Kcal / 1 541,33 KJ	Energia: 386,51 Kcal / 1 615,61 KJ	Energia: 391,73 Kcal / 1 637,43 KJ	Energia: 240,66 Kcal / 1 005,96 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12,96 g	20,20 g	6,84 g	14,01 g	14,85 g	1,63 g	10,40 g	21,71 g	9,52 g	9,07 g	19,65 g	5,02 g	9,31 g	5,21 g	0,59 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
55,23 g	12,15 g	1,08 g	45,46 g	0,00 g	0,94 g	36,79 g	5,01 g	1,47 g	43,73 g	14,99 g	0,40 g	38,84 g	5,01 g	1,18 g		
<b>Ebéd</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Májgaluskaleves, Csibeburger, Tökfőzelék, Alma, Ásványvíz	Zöldségkrémleves, Levesgyöngy, Rántott sertésszelet, Párolt zöldség, Nektarin, Ásványvíz	Babgulyás sertéshúsos, Darásmetélt, Kajsziarack lekvár, Alma, Ásványvíz	Vegyes gyümölcsleves, Rántott halrudacska, Kukoricás rizs, Tartármártás, Ásványvíz	Szárnyasraguleves, Főtt tojás, Parajmártás, Főtt burgonya, Menü süti, Ásványvíz										
		Energia: 244,85 Kcal / 1 023,47 KJ	Energia: 686,09 Kcal / 2 867,86 KJ	Energia: 669,58 Kcal / 2 798,84 KJ	Energia: 747,49 Kcal / 3 124,51 KJ	Energia: 509,67 Kcal / 2 130,42 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		8,18 g	6,05 g	2,80 g	22,30 g	33,48 g	5,77 g	19,68 g	9,01 g	1,11 g	24,17 g	33,63 g	3,66 g	18,62 g	18,04 g	2,23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
44,25 g	4,00 g	2,13 g	72,41 g	0,00 g	3,42 g	125,93 g	16,29 g	3,34 g	109,36 g	6,35 g	3,82 g	66,51 g	0,00 g	3,34 g		





Heti étlap 2019.06.17. - 2019.06.21.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>Uzsonna</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Sajtkrém, Zsemle, magos, Póréhagyma	Diákcsemege, Margarin, Zsemle	Kockasajt, Kifli	Csirkemájkrém házi, Zsemle, teljes kiőrlésű, Jégcsapretek	Hideg tej, Túrós batyu										
		Energia: 263,23 Kcal / 1 100,30 KJ	Energia: 440,61 Kcal / 1 841,75 KJ	Energia: 211,91 Kcal / 885,78 KJ	Energia: 251,68 Kcal / 1 052,02 KJ	Energia: 371,77 Kcal / 1 554,00 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		6,86 g	11,95 g	6,87 g	11,74 g	30,75 g	10,09 g	8,88 g	6,60 g	3,72 g	10,48 g	8,24 g	2,44 g	15,40 g	5,60 g	3,04 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31,76 g	0,00 g	0,88 g	28,70 g	0,00 g	2,68 g	29,00 g	0,00 g	0,70 g	33,61 g	0,00 g	1,14 g	51,90 g	0,00 g	0,52 g		

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

Medveczki Anett  
 Üzletvezető

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk ”

