



Heti étlap 2020.01.20. - 2020.01.24.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00447) Iskolás gyermek XI.	Gyümölcs tea, Párizsi glutén- és szójamentes, Margarin, Burgonyás kenyér	Karamell , Margarin, Zsemle, teljes kiőrlésű	Gyümölcs tea, Zöldhagymás szendvicsskrém , Teljes kiőrlésű kenyér , Rágórépa	Forralt tej, Sajtos stangli	Gyümölcs tea, Sonka krém, Félbarna kenyér, Lilahagyma
		Energia: 387,56 Kcal / 1 620,00 KJ	Energia: 391,80 Kcal / 1 637,72 KJ	Energia: 277,77 Kcal / 1 161,08 KJ	Energia: 220,46 Kcal / 921,52 KJ	Energia: 309,03 Kcal / 1 291,75 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav 10,86 g 22,36 g 6,55 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 10,07 g 16,63 g 5,02 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 8,43 g 7,84 g 0,02 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 12,27 g 5,60 g 3,12 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 11,13 g 10,08 g 2,52 g
		Szénhidrát Cukor Só 35,12 g 5,01 g 1,11 g	Szénhidrát Cukor Só 50,35 g 11,99 g 0,94 g	Szénhidrát Cukor Só 43,12 g 5,01 g 1,15 g	Szénhidrát Cukor Só 30,45 g 0,00 g 0,27 g	Szénhidrát Cukor Só 42,04 g 6,09 g 3,06 g
Ebéd	(00447) Iskolás gyermek XI.	Csirkemájgaluska leves , Főtt tojás, Parajmártás, Főtt burgonya, Müzliszelet, gyümölcsös, Ásványvíz	Frankfurti leves , Darásmetélt , Sárgabaracklekvár, Narancs, Ásványvíz	Minestroneleves , Halrudacska, Petrezselymes burgonya, Tartármártás , Ásványvíz	Csurgatott tojás leves, Sertéspörkölt , Sárgaborsó főzelék, Alma, Ásványvíz, Félbarna kenyér	Brokkolikrémleves , Levesgyöngy, Párolt csirkemell , Párolt rizsköret , Mandarin , Ásványvíz
		Energia: 407,11 Kcal / 1 701,72 KJ	Energia: 734,83 Kcal / 3 071,59 KJ	Energia: 674,92 Kcal / 2 821,17 KJ	Energia: 724,56 Kcal / 3 028,66 KJ	Energia: 549,42 Kcal / 2 296,58 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav 17,52 g 12,56 g 2,23 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 22,47 g 14,10 g 3,71 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 23,71 g 33,43 g 2,89 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 33,15 g 27,28 g 6,66 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 29,42 g 6,68 g 1,73 g
		Szénhidrát Cukor Só 55,72 g 4,00 g 3,45 g	Szénhidrát Cukor Só 128,03 g 16,29 g 2,03 g	Szénhidrát Cukor Só 91,08 g 5,35 g 3,79 g	Szénhidrát Cukor Só 84,83 g 0,72 g 4,30 g	Szénhidrát Cukor Só 91,44 g 0,00 g 2,48 g
Uzsonna	(00447) Iskolás gyermek XI.					





Heti étlap 2020.01.20. - 2020.01.24.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Uzsonna	(00447) Iskolás gyermek XI.	Trappista sajt, Margarin, Zsemle, teljes kiőrlésű, Kígyóuborka	Magyaros vajkrém, Kukoricás kenyér, Póréhagyma	Májusi csemege, Margarin, Zsemle, teljes kiőrlésű	Csirkemájkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Savanyú káposzta	Hideg tej, Túrós batyu										
		Energia: 429,25 Kcal / 1 794,27 KJ	Energia: 280,56 Kcal / 1 172,74 KJ	Energia: 348,01 Kcal / 1 454,68 KJ	Energia: 266,82 Kcal / 1 115,31 KJ	Energia: 371,77 Kcal / 1 554,00 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		16,70 g	25,67 g	10,94 g	7,73 g	11,85 g	0,00 g	9,26 g	20,23 g	6,00 g	11,41 g	8,51 g	2,49 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
32,35 g	0,00 g	1,24 g	36,09 g	0,00 g	1,22 g	31,81 g	0,00 g	1,48 g	35,83 g	0,00 g	1,63 g	51,90 g	0,00 g	0,52 g		

Elérhetőség: 433-43-05
Fax: 433-43-06

Vidák László
Üzletvezető

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”

