



Heti étlap 2020.02.10. - 2020.02.14.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00447) Iskolás gyermek XI.	Hideg tej, Zöldhagymás szendvicskrém , Zsemle, teljes kiőrlésű	Kakaó, Margarin, Kalács	Gyümölcsstea, Zöldséges felvágott , Margarin, Zsemle, teljes kiőrlésű	Forralt tej, Kakaós csiga	Citromos tea, Főtt Bécsi rudacska, Ketchup, Burgonyás kenyér
		Energia: 345,04 Kcal / 1 442,27 KJ	Energia: 507,39 Kcal / 2 120,89 KJ	Energia: 406,14 Kcal / 1 697,67 KJ	Energia: 349,18 Kcal / 1 459,57 KJ	Energia: 356,56 Kcal / 1 490,42 KJ
		Fehérje 13,65 g Zsír 13,12 g T.Zsírsv 3,04 g	Fehérje 14,08 g Zsír 23,74 g T.Zsírsv 8,28 g	Fehérje 9,92 g Zsír 23,98 g T.Zsírsv 3,80 g	Fehérje 10,40 g Zsír 3,00 g T.Zsírsv 1,63 g	Fehérje 14,06 g Zsír 13,18 g T.Zsírsv 4,60 g
		Szénhidrát 43,03 g Cukor 0,00 g Só 1,09 g	Szénhidrát 59,19 g Cukor 14,19 g Só 0,47 g	Szénhidrát 35,88 g Cukor 5,01 g Só 0,74 g	Szénhidrát 40,90 g Cukor 0,00 g Só 0,27 g	Szénhidrát 44,87 g Cukor 12,80 g Só 1,05 g
Ebéd	(00447) Iskolás gyermek XI.	Zellerleves , Parajos- csirkés penne, Reszelt sajt, Alma, Ásványvíz	Májgaluskaleves, Párolt csirkemell , Gyümölcsmártás, Főtt burgonya, Menü süti, Ásványvíz	Karalábéleves magyaros, Csikós sertéstokány , Tészta köret szarvacska, Mandarin , Ásványvíz	Lencsegulyás , Gyümölcsrizs , Körte, Ásványvíz	Burgonyaleves magyaros, Tököfzelék tejfölös, Egyben sült vagdalt , Félbarna kenyér, Alma, Ásványvíz
		Energia: 579,32 Kcal / 2 421,56 KJ	Energia: 587,40 Kcal / 2 455,33 KJ	Energia: 645,78 Kcal / 2 699,36 KJ	Energia: 558,97 Kcal / 2 336,49 KJ	Energia: 546,08 Kcal / 2 282,61 KJ
		Fehérje 32,44 g Zsír 14,57 g T.Zsírsv 6,20 g	Fehérje 29,50 g Zsír 13,39 g T.Zsírsv 2,95 g	Fehérje 25,44 g Zsír 22,67 g T.Zsírsv 7,11 g	Fehérje 19,82 g Zsír 6,62 g T.Zsírsv 2,52 g	Fehérje 17,35 g Zsír 16,40 g T.Zsírsv 4,34 g
		Szénhidrát 78,41 g Cukor 0,06 g Só 2,85 g	Szénhidrát 90,98 g Cukor 10,49 g Só 3,11 g	Szénhidrát 83,51 g Cukor 0,00 g Só 2,71 g	Szénhidrát 101,68 g Cukor 13,99 g Só 1,50 g	Szénhidrát 79,24 g Cukor 5,72 g Só 4,06 g
Uzsonna	(00447) Iskolás gyermek XI.					





Heti étlap 2020.02.10. - 2020.02.14.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Uzsonna	(00447) Iskolás gyermek XI.	Trappista sajt, Vaj, Kukoricás kenyér, Póréhagyma	Csirkehúsos szendvicsskrém, Savanyú káposzta, Teljes kiőrlésű kenyér	Házi körözött, Félbarna kenyér, Kígyóuborka	Padlizsánkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Paprika	Croissant sajtos										
		Energia: 434,71 Kcal / 1 817,09 KJ	Energia: 241,90 Kcal / 1 011,14 KJ	Energia: 197,61 Kcal / 826,01 KJ	Energia: 214,65 Kcal / 897,24 KJ	Energia: 226,56 Kcal / 947,02 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		17,24 g	25,87 g	13,91 g	10,60 g	6,20 g	0,45 g	9,95 g	3,26 g	1,44 g	7,85 g	4,39 g	0,00 g	2,25 g	0,00 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
32,71 g	0,00 g	1,68 g	35,79 g	0,00 g	1,76 g	30,89 g	1,08 g	1,24 g	35,85 g	0,00 g	1,33 g	16,90 g	0,00 g	0,00 g		

Elérhetőség: 433-43-05
Fax: 433-43-06

Vidák László
Üzletvezető

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”

