



Heti étlap 2020.03.16. - 2020.03.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Tízórai	(00447) Iskolás gyermek XI.	Gyümölcsstea, Párizsi glutén- és szójamentes, Margarin, Kukoricás kenyér	Karamell , Croissant magos	Gyümölcsstea, Olasz felvágott, Margarin, Burgonyás kenyér	Forralt tej, Méz, Margarin, Kukoricás kenyér	Citromos tea, Zöldfűszeres túrókrém , Burgonyás kenyér, Kígyóuborka										
		Energia: 388,28 Kcal / 1 623,01 KJ	Energia: 308,18 Kcal / 1 288,19 KJ	Energia: 414,27 Kcal / 1 731,65 KJ	Energia: 423,34 Kcal / 1 769,56 KJ	Energia: 265,10 Kcal / 1 108,12 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10,68 g	21,88 g	6,55 g	9,05 g	11,50 g	1,22 g	11,82 g	24,68 g	7,32 g	12,58 g	17,60 g	5,43 g	10,07 g	6,02 g	0,69 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
36,56 g	5,01 g	2,31 g	41,79 g	11,99 g	0,60 g	35,72 g	5,01 g	1,88 g	53,61 g	12,15 g	1,67 g	42,38 g	10,00 g	0,49 g		
Ebéd	(00447) Iskolás gyermek XI.	Tarhonyaleves , Zöldborsófőzelék , Sült debreceni, Alma, Ásványvíz	Alföldi gulyásleves , Fánk, Félbarna kenyér, Ásványvíz	Gombakrémleves , Zsemlekocka, Vadas sertésragu, Spagetti , Alma, Ásványvíz	Paradicsomleves , Rántott csirkemell , Petrezselymes burgonya, Céklasaláta, Ásványvíz	Bakonyi betyárleves sertéshússal, Sonkás tészta, Narancs, Ásványvíz										
		Energia: 573,83 Kcal / 2 398,61 KJ	Energia: 989,83 Kcal / 4 137,49 KJ	Energia: 549,82 Kcal / 2 298,25 KJ	Energia: 832,63 Kcal / 3 480,39 KJ	Energia: 651,80 Kcal / 2 724,52 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		26,55 g	22,40 g	6,50 g	15,90 g	49,98 g	0,32 g	15,74 g	13,05 g	3,18 g	34,55 g	22,45 g	2,48 g	27,46 g	21,20 g	6,51 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
63,72 g	4,00 g	1,70 g	112,29 g	0,12 g	1,75 g	91,12 g	5,00 g	4,29 g	120,67 g	11,58 g	4,13 g	85,46 g	0,00 g	3,90 g		





Heti étlap 2020.03.16. - 2020.03.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00447) Iskolás gyermek XI.	Magyaros vajkrém, Zsemle, teljes kiőrlésű, Kígyóuborka	Házi körözött, Teljes kiőrlésű kenyér, Paprika	Főtt tojás, Vaj, Zsemle, teljes kiőrlésű	Csirkesonka EF EF, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom	Lekváros táska
		Energia: 260,35 Kcal / 1 088,26 KJ	Energia: 213,22 Kcal / 891,26 KJ	Energia: 340,69 Kcal / 1 424,08 KJ	Energia: 342,25 Kcal / 1 430,61 KJ	Energia: 190,43 Kcal / 796,00 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		6,33 g 11,53 g 0,00 g	10,23 g 3,36 g 1,38 g	10,54 g 19,18 g 8,01 g	13,40 g 15,82 g 4,19 g	2,15 g 11,30 g 0,00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
33,19 g 0,00 g 0,57 g	35,20 g 0,00 g 1,16 g	31,08 g 0,00 g 0,68 g	36,16 g 0,00 g 1,72 g	18,50 g 0,00 g 0,00 g		

Elérhetőség: 433-43-05
Fax: 433-43-06

Vidák László
Üzletvezető

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk ”

