



Heti étlap 2020.03.23. - 2020.03.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00447) Iskolás gyermek XI.	Magyaros vajkrém, Zsemle	Diákcsemege, Margarin, Zsemle	Párizsi glutén- és szójamentes, Margarin, Zsemle, Paprika	Kockasajt, Kifli	Szeletelt sajt, Margarin, Zsemle
		Energia: 243,54 Kcal / 1 018,00 KJ	Energia: 440,61 Kcal / 1 841,75 KJ	Energia: 358,78 Kcal / 1 499,70 KJ	Energia: 211,91 Kcal / 885,78 KJ	Energia: 412,44 Kcal / 1 724,00 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		5,45 g 11,45 g 0,00 g	11,74 g 30,75 g 10,09 g	10,10 g 21,78 g 6,55 g	8,88 g 6,60 g 3,72 g	15,82 g 25,59 g 10,94 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
30,06 g 0,00 g 0,49 g	28,70 g 0,00 g 2,68 g	30,16 g 0,00 g 1,59 g	29,00 g 0,00 g 0,70 g	29,22 g 0,00 g 1,65 g		
Ebéd	(00447) Iskolás gyermek XI.	Lencsefőzelék , Fűszeres sertésaprópecsenye, Menü süti	Főtt tészta, Reszelt sajt, Tejföl , Alma	Temesvári csirkeragu, Tészta köret szarvacska, Narancs	Panírozott tőkehal, Párolt rizsköret , Tartármártás	Sertéssült, Paradicsomos káposzta
		Energia: 573,77 Kcal / 2 398,36 KJ	Energia: 494,91 Kcal / 2 068,72 KJ	Energia: 502,74 Kcal / 2 101,45 KJ	Energia: 657,79 Kcal / 2 749,56 KJ	Energia: 280,21 Kcal / 1 171,28 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		23,47 g 16,25 g 1,74 g	19,87 g 16,67 g 8,03 g	29,61 g 7,99 g 1,81 g	19,53 g 24,69 g 3,63 g	19,90 g 10,50 g 2,52 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
74,91 g 4,00 g 2,05 g	65,76 g 0,00 g 1,55 g	76,58 g 0,00 g 2,33 g	87,86 g 2,35 g 1,75 g	25,53 g 4,00 g 1,98 g		
Uzsonna	(00447) Iskolás gyermek XI.	Lekváros táska	Pizzás csiga	Túrós batyu	Croissant sajtos	Gyümölcs joghurt, Teljes kiőrlésű kifli
		Energia: 190,43 Kcal / 796,00 KJ	Energia: 66,32 Kcal / 277,22 KJ	Energia: 251,20 Kcal / 1 050,02 KJ	Energia: 226,56 Kcal / 947,02 KJ	Energia: 211,47 Kcal / 883,94 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		2,15 g 11,30 g 0,00 g	2,04 g 3,20 g 0,00 g	8,60 g 0,00 g 0,00 g	2,25 g 0,00 g 0,00 g	8,39 g 5,50 g 4,62 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
18,50 g 0,00 g 0,00 g	6,88 g 0,00 g 0,00 g	41,30 g 0,00 g 0,30 g	16,90 g 0,00 g 0,00 g	31,65 g 12,99 g 0,99 g		





Heti étlap 2020.03.23. - 2020.03.27.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00447) Iskolás gyermek XI.					

Elérhetőség: 433-43-05
Fax: 433-43-06

Üzletvezető: Vidák László

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk ”

