



Heti étlap 2019.06.10. - 2019.06.14.

		kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Tízórai</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Hideg tej, Sajtos kifli	Gyümölcs tea, Pizzasonka, Margarin, Zsemle, magos, Paradicsom	Kakaó, Croissant magos	Mézes-citromos tea, Zöldfűszeres vajkrém, Kukoricás kenyér, Paprika
		Energia: 240,78 Kcal / 1 006,46 KJ	Energia: 359,09 Kcal / 1 501,00 KJ	Energia: 287,50 Kcal / 1 201,75 KJ	Energia: 311,41 Kcal / 1 301,69 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		10,94 g 5,91 g 3,04 g	11,70 g 17,00 g 4,74 g	10,08 g 12,23 g 1,64 g	7,31 g 12,77 g 5,80 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
35,68 g 0,00 g 0,42 g	39,28 g 5,01 g 0,92 g	34,01 g 3,00 g 0,63 g	41,31 g 7,81 g 1,20 g		
<b>Ebéd</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Tavaszi zöldségleves , Debreceni pulykaragu, Fejtett babfőzelék , Alma, Ásványvíz	Sajtkrémleves, Zsemlekocka, Brokkolis csirkemell, Párolt rizsköret , Körte, Ásványvíz	Tojásleves , Sült csirkecomb , Zöldséges párolt bulgur, Kovászos uborka, Ásványvíz	Gombaleves , Bolognai makaróni, Reszelt sajt, Ivólé, Ásványvíz
		Energia: 598,65 Kcal / 2 502,36 KJ	Energia: 761,50 Kcal / 3 183,07 KJ	Energia: 636,42 Kcal / 2 660,24 KJ	Energia: 769,00 Kcal / 3 214,42 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		28,64 g 14,75 g 4,37 g	38,96 g 25,55 g 10,90 g	53,19 g 21,41 g 3,90 g	29,92 g 23,31 g 8,24 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
88,99 g 3,00 g 3,19 g	92,76 g 0,00 g 3,39 g	59,81 g 0,00 g 5,41 g	108,38 g 1,00 g 3,02 g		





Heti étlap 2019.06.10. - 2019.06.14.

		kedd	szerda	csütörtök	péntek								
<b>Uzsonna</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Zöldhagymás szendvicskrém , Teljes kiőrlésű kenyér , Kígyóuborka	Barackos túrókrém, Zsemle, teljes kiőrlésű	Körözött , Zsemle, teljes kiőrlésű , Kígyóuborka	Kefir, Teljes kiőrlésű kifli								
		Energia: 242,82 Kcal / 1 014,99 Kj	Energia: 197,28 Kcal / 824,63 Kj	Energia: 198,38 Kcal / 829,23 Kj	Energia: 192,46 Kcal / 804,48 Kj								
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		8,33 g	7,79 g	0,00 g	8,62 g	2,75 g	1,25 g	8,98 g	2,94 g	1,30 g	8,97 g	6,10 g	1,54 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
34,90 g	0,00 g	1,01 g	34,20 g	1,50 g	0,55 g	33,70 g	0,00 g	1,06 g	25,45 g	0,00 g	0,60 g		

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

Medveczki Anett  
Üzletvezető

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”

