



Heti étlap 2020.06.22. - 2020.06.26.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00447) Iskolás gyermek XI. DOB	Forralt tej, Gépsonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom	Gyümölcsstea, Zöldfűszeres vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér	Citromos tea, Sárgabaracklekvár, Vaj, Zsemle	Tejeskávé, Margarin, Kalács	Gyümölcsstea, Sertéshúskrém, Teljes kiőrlésű kenyér
		Energia: 452,70 Kcal / 1 892,29 KJ	Energia: 294,66 Kcal / 1 231,68 KJ	Energia: 341,88 Kcal / 1 429,06 KJ	Energia: 483,98 Kcal / 2 023,04 KJ	Energia: 374,94 Kcal / 1 567,25 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		22,24 g 20,54 g 6,42 g	6,81 g 12,60 g 5,80 g	4,89 g 14,37 g 6,77 g	12,74 g 22,86 g 7,79 g	12,09 g 18,55 g 6,72 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
44,64 g 0,00 g 1,54 g	38,02 g 5,01 g 0,66 g	47,59 g 18,15 g 0,49 g	56,63 g 13,19 g 0,43 g	39,35 g 5,01 g 0,91 g		
Ebéd	(00447) Iskolás gyermek XI. DOB	Zöldbableves, Milánói spagetti, Reszelt sajt, Alma, Ásványvíz	Őszibarackkrémleves, Sertéssült, Paradicsomos káposzta, Müzliszelet, gyümölcsös, Ásványvíz	Köménymagleves, Pulyka Gordon Bleu, Petrezselymes rizs, Céklasaláta, Ásványvíz	Húsgaluska leves, Főtt tojás, Főtt burgonya, Parajmártás, Chokoboy, Ásványvíz	Olasz zöldségleves, Bácskai rizseshús, Céklasaláta, Ásványvíz
		Energia: 621,59 Kcal / 2 598,25 KJ	Energia: 406,24 Kcal / 1 698,08 KJ	Energia: 614,12 Kcal / 2 567,02 KJ	Energia: 577,38 Kcal / 2 413,45 KJ	Energia: 646,60 Kcal / 2 702,79 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		28,75 g 14,86 g 5,19 g	19,71 g 11,57 g 2,84 g	18,82 g 18,99 g 0,75 g	22,62 g 36,04 g 4,65 g	18,31 g 15,19 g 2,57 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
90,94 g 3,00 g 4,01 g	54,37 g 17,49 g 2,26 g	87,85 g 5,59 g 5,42 g	71,79 g 0,00 g 3,68 g	107,98 g 5,59 g 4,03 g		





Heti étlap 2020.06.22. - 2020.06.26.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>Uzsonna</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI. DOB</b>	Trappista sajt, Margarin, Zsemle	Főtt tojás, Margarin, Zsemle, magos, Újhagyma	Sajtos párizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér , Kígyóuborka	Körözött , Teljes kiőrlésű kenyér , Paprika	Gyümölcs joghurt, Kifli										
		Energia: 412,44 Kcal / 1 724,00 KJ	Energia: 350,34 Kcal / 1 464,42 KJ	Energia: 380,97 Kcal / 1 592,45 KJ	Energia: 214,77 Kcal / 897,74 KJ	Energia: 219,61 Kcal / 917,97 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		15,82 g	25,59 g	10,94 g	11,06 g	19,21 g	5,04 g	11,32 g	22,01 g	6,00 g	10,06 g	3,26 g	1,30 g	7,42 g	3,25 g	3,13 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
29,22 g	0,00 g	1,16 g	33,29 g	0,00 g	1,06 g	34,05 g	0,00 g	1,57 g	35,97 g	0,00 g	1,16 g	39,70 g	12,99 g	0,49 g		

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

Vidák László  
Üzletvezető

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”

