



Heti étlap 2021.07.05. - 2021.07.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00447) Iskolás gyermek XI.	Gyümölcsstea, Zala felvágott, Margarin, Burgonyás kenyér, Kígyóuborka	Kakaó, Margarin, Kalács	Gyümölcsstea, Főtt tojás, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér	Hideg tej, Margarin, Korpás kenyér, Zöldpaprika	Citromos tea, Zöldfűszeres vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér
		Energia: 427,61 Kcal / 1 787,41 KJ	Energia: 507,39 Kcal / 2 120,89 KJ	Energia: 426,54 Kcal / 1 782,94 KJ	Energia: 417,46 Kcal / 1 744,98 KJ	Energia: 396,15 Kcal / 1 655,91 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		12,88 g 9,35 g 2,96 g	14,08 g 13,74 g 5,68 g	11,58 g 9,42 g 2,44 g	13,50 g 10,35 g 4,24 g	6,89 g 12,62 g 5,80 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
49,87 g 17,99 g 1,06 g	59,19 g 14,19 g 0,47 g	50,72 g 17,99 g 1,00 g	44,58 g 0,00 g 1,45 g	63,01 g 29,99 g 0,66 g		
Ebéd	(00447) Iskolás gyermek XI.	Virslis kelkáposzta leves, Spagetti, Tejföl, Reszelt sajt, Alma, Ásványvíz	Csontleves, Levestésztabetét, Húsgombóc sertéshúsból, Főtt burgonya, Parajmártás, Ásványvíz	Őszibarackleves, Rántott sertésszelet, Párolt kukorica fél, Párolt rizs, Mongol saláta, Ásványvíz	Reszelt tésztaleves, Sárgaborsófőzelék, Sült debreceni, Őszibarack, Ásványvíz	Ivólé, Bácskai rizseshús, Uborkasaláta, Ásványvíz
		Energia: 732,17 Kcal / 3 060,47 KJ	Energia: 512,52 Kcal / 2 142,33 KJ	Energia: 759,53 Kcal / 3 174,84 KJ	Energia: 509,97 Kcal / 2 131,67 KJ	Energia: 534,99 Kcal / 2 236,26 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		30,17 g 28,85 g 13,22 g	22,54 g 17,78 g 4,15 g	24,59 g 22,39 g 4,48 g	26,23 g 23,45 g 8,56 g	8,70 g 5,99 g 0,65 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
86,20 g 0,00 g 3,87 g	68,43 g 0,00 g 5,85 g	113,72 g 14,68 g 3,23 g	52,88 g 0,00 g 2,04 g	110,52 g 7,99 g 2,41 g		





Heti étlap 2021.07.05. - 2021.07.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Uzsonna	(00447) Iskolás gyermek XI.	Gyümölcs joghurt, Teljes kiőrlésű kifli	Limonádé, Sonka felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér , Lilahagyma	Cukkinis túrókrém, Teljes kiőrlésű kenyér	Limonádé, Sajtos párizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér	Szárnyashúskrém, Barna kenyér										
		Energia: 211,47 Kcal / 883,94 KJ	Energia: 420,43 Kcal / 1 757,40 KJ	Energia: 203,60 Kcal / 851,05 KJ	Energia: 425,48 Kcal / 1 778,51 KJ	Energia: 215,13 Kcal / 899,24 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		8,39 g	5,50 g	4,62 g	13,91 g	8,27 g	1,20 g	10,95 g	2,71 g	1,14 g	10,83 g	11,98 g	3,40 g	8,55 g	6,19 g	2,23 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
31,65 g	12,99 g	0,99 g	48,85 g	12,01 g	1,87 g	33,62 g	0,00 g	0,67 g	45,30 g	12,01 g	1,55 g	31,06 g	0,00 g	1,23 g		

Elérhetőség: 433-43-05

Fax: 433-43-06

Vidák László

Üzletvezető

" Az étlapváltozás jogát fenntartjuk"

