



Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00482) Gyermekek (7-10 év)	Gyümölcs tea, Főtt tojás, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom	Tej, Kakaós csiga	Tej, Méz, Margarin, Félbarna kenyér	Gyümölcs tea, Körözött túró, Kukoricás kenyér, Kaliforniai paprika	Gyümölcs tea, Sajtos párizsi, Margarin, Rozskenyér, Paradicsom
		Energia: 266.69 Kcal / 1,114.76 KJ	Energia: 120.57 Kcal / 503.98 KJ	Energia: 378.85 Kcal / 1,583.59 KJ	Energia: 220.93 Kcal / 923.49 KJ	Energia: 315.29 Kcal / 1,317.91 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		7.74 g 10.09 g 2.57 g	6.80 g 5.60 g 3.03 g	11.80 g 13.10 g 5.08 g	4.97 g 5.48 g 2.11 g	8.36 g 13.23 g 4.07 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
35.33 g 8.99 g 0.76 g	10.60 g 0.00 g 0.22 g	52.99 g 16.20 g 1.32 g	37.01 g 10.47 g 1.04 g	39.74 g 8.99 g 1.26 g		
Ebéd	(00482) Gyermekek (7-10 év)	Legényfogó leves, Túrótöltelikes gombóc porcukorszóráttal, Alma	Karalábéleves, Paprikáskrumpli virslivel, Kukoricás kenyér, Kovászos uborka	Paradicsomleves, Vagdalt, Zöldséges bulgur, Vágott vegyes savanyúság	Majorannás sertéstopány, Zöldborsófőzelék, Teljes kiőrlésű kenyér, Gyümölcslé, Isler	Csurgatott tojás leves, Tejszínes piraminos csirke, Spagetti tészta
		Energia: 944.36 Kcal / 3,947.42 KJ	Energia: 786.13 Kcal / 3,286.02 KJ	Energia: 804.87 Kcal / 3,364.36 KJ	Energia: 1,164.91 Kcal / 4,869.32 KJ	Energia: 758.44 Kcal / 3,170.28 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		34.75 g 30.56 g 5.42 g	23.31 g 34.21 g 8.80 g	32.53 g 27.82 g 4.65 g	37.70 g 48.59 g 13.86 g	38.20 g 32.50 g 5.76 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
128.82 g 9.99 g 1.88 g	94.40 g 1.54 g 5.38 g	107.99 g 10.03 g 5.47 g	142.23 g 51.89 g 1.38 g	77.40 g 0.00 g 1.87 g		

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

.....
Élelmezésvezető

.....
Szakács





Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00482) Gyermek (7-10 év)	Zöldségpástétom, Kukoricás kenyér, Zöldpaprika	Szezámós sajtkrém, Barna zsemle, Ujhagyma	Diákcsemege, Margarin, Rozskenyér, Sörretek	Májkrém, Zsemle, Kígyóuborka	Banán, Mézeskalácsos keksz
		Energia: 202.24 Kcal / 845.36 Kj	Energia: 272.55 Kcal / 1,139.26 Kj	Energia: 320.39 Kcal / 1,339.23 Kj	Energia: 211.40 Kcal / 883.65 Kj	Energia: 264.65 Kcal / 1,106.24 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		4.69 g 8.96 g 2.98 g	11.33 g 9.96 g 4.05 g	7.72 g 15.60 g 2.81 g	9.41 g 4.34 g 1.31 g	4.12 g 1.51 g 0.43 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
25.46 g 1.49 g 0.93 g	34.51 g 0.00 g 1.13 g	36.66 g 0.00 g 0.72 g	33.25 g 0.00 g 1.13 g	57.74 g 11.07 g 0.10 g		

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

.....
Élelmezésvezető

.....
Szakács

