

Heti étlap 2024.05.27. - 2024.05.31.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	
Tízórai	(00482) Gyermek (7-10 év)	Gyümölcs tea, Zöldfűszeres vajkrém, Rozskenyér, Paradicsom	Gyümölcs tea, Párizsi, Margarin, Kukoricás kenyér, Retek	Tej, Mogyorókrém, Félbarna kenyér	Tej, Sajtos kifli, Margarin	Gyümölcs tea, Főtt tojás, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Kaliforniai paprika	
		Energia: 255.79 Kcal / 1,069.20 Kj	Energia: 296.80 Kcal / 1,240.62 Kj	Energia: 356.99 Kcal / 1,492.22 Kj	Energia: 376.11 Kcal / 1,572.14 Kj	Energia: 269.36 Kcal / 1,125.92 Kj	
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
		4.94 g 8.53 g 3.92 g	6.59 g 13.96 g 4.13 g	13.00 g 12.30 g 4.33 g	12.51 g 22.20 g 8.32 g	7.73 g 10.11 g 2.55 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
38.93 g 8.99 g 0.58 g	35.22 g 10.47 g 1.38 g	48.15 g 9.60 g 1.49 g	31.13 g 0.00 g 1.18 g	35.93 g 8.99 g 0.75 g			
Ebéd	(00482) Gyermek (7-10 év)	Bakonyi betyárleves, Almás- fahéjas gombóc, Porcukor	Szezámós vagdalt, Finomfőzelék , Teljes kiőrlésű kenyér, Gyümöclslé, Tepertős kocka	Csurgatott tojás leves, Rizses hús, Ecetes dinnye, Őszibarack	Magyaros burgonyaleves, Pulyka pörkölt, Paradicsomos káposzta, Félbarna kenyér	Lencseleves , Vadas sertésragu, Szarvacskaszerű tészta	
		Energia: 737.80 Kcal / 3,084.00 Kj	Energia: 799.09 Kcal / 3,340.20 Kj	Energia: 680.90 Kcal / 2,846.16 Kj	Energia: 826.37 Kcal / 3,454.23 Kj	Energia: 922.11 Kcal / 3,854.42 Kj	
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	
		18.80 g 34.19 g 6.52 g	33.12 g 22.90 g 4.92 g	28.38 g 28.08 g 5.14 g	33.24 g 33.80 g 5.84 g	43.05 g 37.66 g 9.22 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
87.78 g 40.01 g 1.95 g	113.71 g 30.03 g 5.40 g	77.41 g 0.00 g 2.70 g	95.70 g 15.05 g 3.71 g	101.71 g 3.05 g 2.02 g			



Heti étlap 2024.05.27. - 2024.05.31.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Uzsonna	(00482) Gyermekek (7-10 év)	Trappista sajt, Margarin, Félbarna kenyér, Zöldpaprika			Tonhalkrém , Német zsemle, Újhagyma			Zala felvágott, Margarin, Rozskenyér, Kígyóuborka			Májkrém, Teljes kiőrlésű zsemle, Retek			Narancs, Rozskorong		
		Energia: 273.09 Kcal / 1,141.52 KJ			Energia: 187.66 Kcal / 784.42 KJ			Energia: 268.64 Kcal / 1,122.92 KJ			Energia: 190.75 Kcal / 797.34 KJ			Energia: 121.56 Kcal / 508.12 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.82 g	13.21 g	5.62 g	8.07 g	4.76 g	1.22 g	9.05 g	13.45 g	4.13 g	9.73 g	4.73 g	1.24 g	2.83 g	0.64 g	0.07 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
27.41 g	0.00 g	1.58 g	28.32 g	0.00 g	0.06 g	27.53 g	0.00 g	1.43 g	26.90 g	0.00 g	0.88 g	25.06 g	0.00 g	0.02 g		

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

.....

Élelmezésvezető

.....

Szakács

