

Heti étlap 2017.09.18. - 2017.09.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00447) Iskolás gyermek XI.	Hideg tej, Diós búrkifli	Karamell , Croissant magos	Citromos tea, Trappista sajt, Margarin, Paradicsom, Zsemle	Forralt tej, Fonottka	Gyümölcs tea, Gépsonka, Margarin, Kígyóuborka, Teljes kiőrlésű kenyér
		Energia: 340,67 Kcal / 1 424,00 KJ	Energia: 350,79 Kcal / 1 466,30 KJ	Energia: 496,77 Kcal / 2 076,50 KJ	Energia: 253,70 Kcal / 1 060,47 KJ	Energia: 1 820,45 Kcal / 7 609,48 KJ
		Fehérje 10,45 g Zsír 17,60 g T.Zsír 3,04 g	Fehérje 9,71 g Zsír 11,80 g T.Zsír 1,38 g	Fehérje 16,40 g Zsír 25,71 g T.Zsír 10,96 g	Fehérje 11,32 g Zsír 7,21 g T.Zsír 3,36 g	Fehérje 70,26 g Zsír 22,91 g T.Zsír 4,77 g
		Szénhidrát 33,20 g Cukor 0,00 g Só 0,23 g	Szénhidrát 50,78 g Cukor 19,98 g Só 0,23 g	Szénhidrát 49,22 g Cukor 17,99 g Só 1,17 g	Szénhidrát 35,94 g Cukor 2,80 g Só 0,27 g	Szénhidrát 331,12 g Cukor 5,99 g Só 7,27 g
Ebéd	(00447) Iskolás gyermek XI.	Zöldborsóleves , Pulyka paprikás , Orsó tészta köret , Körte, Ásványvíz	Burgonyaleves , Paradicsomos káposzta , Sertés sült , Alma, Ásványvíz	Almaleves fahéjas, Rántott hal, Karottás rizs , Fűszeres joghurtos öntet, Ásványvíz	Májgaluska leves, Főtt tojás, Parajmártás, Burgonya főtt, Kókuszkecska, Ásványvíz	Babgulyás sertéshúsos, Piskótakocka , Csokiöntet, Nektarin, Félbarna kenyér, Ásványvíz
		Energia: 827,77 Kcal / 3 460,08 KJ	Energia: 453,99 Kcal / 1 897,68 KJ	Energia: 798,53 Kcal / 3 337,86 KJ	Energia: 634,49 Kcal / 2 652,17 KJ	Energia: 1 081,74 Kcal / 4 521,67 KJ
		Fehérje 33,96 g Zsír 24,44 g T.Zsír 5,52 g	Fehérje 22,82 g Zsír 14,36 g T.Zsír 2,79 g	Fehérje 17,21 g Zsír 21,01 g T.Zsír 5,53 g	Fehérje 26,43 g Zsír 19,88 g T.Zsír 3,70 g	Fehérje 34,76 g Zsír 39,77 g T.Zsír 7,67 g
		Szénhidrát 115,29 g Cukor 1,94 g Só 4,02 g	Szénhidrát 56,47 g Cukor 2,00 g Só 4,13 g	Szénhidrát 133,82 g Cukor 12,26 g Só 12,86 g	Szénhidrát 86,90 g Cukor 0,00 g Só 3,51 g	Szénhidrát 139,04 g Cukor 9,65 g Só 2,75 g

Heti étlap 2017.09.18. - 2017.09.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00447) Iskolás gyermek XI.	Zala felvágott, Vaj, Paprika, Teljes kiőrlésű kenyér	Körözött, Jégcsap retek, Teljes kiőrlésű kenyér	Szamócalekvár, Vaj, Teljes kiőrlésű kenyér	Csicseriborsó szendvicskrém, Paprika, Teljes kiőrlésű kenyér	Kefir, Kifli
		Energia: 364,01 Kcal / 1 521,56 KJ	Energia: 268,55 Kcal / 1 122,54 KJ	Energia: 327,33 Kcal / 1 368,24 KJ	Energia: 255,09 Kcal / 1 066,28 KJ	Energia: 200,91 Kcal / 839,80 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		12,92 g 18,95 g 9,68 g	14,12 g 7,08 g 3,37 g	6,18 g 14,60 g 6,77 g	7,87 g 8,80 g 3,87 g	8,00 g 3,85 g 0,05 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
34,96 g 0,00 g 1,66 g	36,58 g 0,00 g 1,24 g	42,06 g 8,15 g 0,66 g	35,76 g 0,00 g 1,16 g	33,50 g 0,00 g 0,00 g		

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

Kurdi Jánosné
 Üzletvezető

”Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”