



Heti étlap 2017.03.06. - 2017.03.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00447) Iskolás gyermek XI.	Tízórai	Kakaó, Sajtos stangli	Forralt tej, Korpás Kifli, Sárgabaracklekvár	Citromos tea, Házi csirkemájás, Lilahagyma, Teljes kiőrlésű kenyér	Forralt tej, Vaj, Császárszemle	Gyümölcs tea, Zala felvágott, Margarin, Félbarna kenyér, Rágórépa
		Energia: 257,46 Kcal / 1 076,18 KJ	Energia: 284,15 Kcal / 1 187,75 KJ	Energia: 342,39 Kcal / 1 431,19 KJ	Energia: 339,74 Kcal / 1 420,11 KJ	Energia: 296,51 Kcal / 1 239,41 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav
		11,65 g 5,58 g 3,13 g	11,75 g 4,25 g 1,63 g	13,45 g 5,52 g 0,86 g	10,80 g 17,31 g 8,40 g	12,76 g 8,92 g 4,19 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
	40,15 g 10,99 g 0,23 g	48,12 g 8,15 g 0,28 g	59,14 g 17,99 g 0,92 g	35,14 g 0,00 g 0,27 g	39,82 g 7,07 g 2,08 g	
	Ebéd	Vajgaluska leves, Kelkáposztafőzelék, Sült csirkecomb, Müzliszelet, gyümölcsös, Félbarna kenyér, Ásványvíz	Magyaros zellerleves, Borsos tokány, Párolt rizsköret, Céklasaláta 0,06, Ásványvíz	Burgonyaleves, Sertés pörkölt, Tészta köret szarvacska, Ecetes uborka, Ásványvíz	Rizsleves, Zöldborsófőzelék, Szezámos sertés vagdalt, Alma, Félbarna kenyér, Ásványvíz	Sárgabarack-krémleves, Rántott csirkemell, Petrezselymes burgonya fél, Csíki saláta, Ásványvíz
		Energia: 646,89 Kcal / 2 704,00 KJ	Energia: 675,38 Kcal / 2 823,09 KJ	Energia: 784,69 Kcal / 3 280,00 KJ	Energia: 772,89 Kcal / 3 230,68 KJ	Energia: 839,66 Kcal / 3 509,78 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav
		44,03 g 19,44 g 3,69 g	24,71 g 19,70 g 3,49 g	28,35 g 30,44 g 7,42 g	28,23 g 32,71 g 6,80 g	34,30 g 28,57 g 5,06 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
66,50 g 4,72 g 3,23 g	98,39 g 4,80 g 6,24 g	98,21 g 0,66 g 4,45 g	89,37 g 8,71 g 4,09 g	109,73 g 27,01 g 4,07 g		
Uzsonna	Zöldfűszeres szendvicsskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Kígyóuborka	Baromfipárizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Savanyú káposzta	Hideg tej, Trappista sajt, Margarin, Zsemle	Vaníliás túrókrém, Teljes kiőrlésű kenyér	Kockasajt, Teljes kiőrlésű kifli	
	Energia: 242,82 Kcal / 1 014,99 KJ	Energia: 290,44 Kcal / 1 214,04 KJ	Energia: 442,09 Kcal / 1 847,94 KJ	Energia: 210,16 Kcal / 878,47 KJ	Energia: 171,77 Kcal / 718,00 KJ	
	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	
8,33 g 7,79 g 0,00 g	12,50 g 10,92 g 2,82 g	22,58 g 21,19 g 11,38 g	10,60 g 2,56 g 1,06 g	5,60 g 3,15 g 2,97 g		





Heti étlap 2017.03.06. - 2017.03.10.

	Szénhidrát 34,90 g	Cukor 0,00 g	Só 1,01 g	Szénhidrát 35,19 g	Cukor 0,00 g	Só 2,03 g	Szénhidrát 39,74 g	Cukor 0,00 g	Só 1,88 g	Szénhidrát 35,93 g	Cukor 2,50 g	Só 0,67 g	Szénhidrát 29,40 g	Cukor 0,00 g	Só 0,56 g

Elérhetőség: 433-43-05
Fax: 433-43-06

Kurdi Jánosné
Üzletvezető

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk ”