











Heti étlap 2017.06.12. - 2017.06.16.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
(00447) Iskolás gyermek XI.	Tízórai	Forralt tej, Sajtos kifli	Hideg tej, Áfonyalekvár, Vaj, Zsemle	Gyümölcs tea, Pizzasonka, Margarin, Kígyóborka, Zsemle magos	Kakaó, Croissant magos	Mézes-citromos tea, Magyaros vajkrém, Paprika, Teljes kiőrlésű kenyér										
		Energia: 212,65 Kcal / 888,88 KJ	Energia: 390,07 Kcal / 1 630,49 KJ	Energia: 347,42 Kcal / 1 452,22 KJ	Energia: 316,89 Kcal / 1 324,60 KJ	Energia: 309,23 Kcal / 1 292,58 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10,74 g	3,31 g	1,63 g	11,68 g	20,10 g	9,81 g	11,40 g	16,94 g	3,80 g	10,08 g	12,23 g	1,64 g	7,49 g	11,87 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	35,08 g	0,00 g	0,27 g	40,06 g	0,00 g	0,71 g	36,86 g	5,99 g	2,41 g	41,00 g	9,99 g	0,23 g	43,29 g	7,81 g	0,93 g	
																
	Ebéd	Tárkonyos sertésragúleves, Piskótakocka , Csokiöntet, Alma, Ásványvíz	Zellerleves tavaszi, Csirkecsíkok kukoricás, Párolt rizsköret , Görögdinnye, Ásványvíz	Gombaleves , Kelkáposztafőzelék , Pulyka aprópecsenye , Túró rudi, Ásványvíz	Daragaluska leves , Rántott csirkemell, Petrezselymes burgonya , Csíki saláta , Ásványvíz	Brokkolikrémleves , Levesgyöngy, Milánói sertéshúsos spagetti, Reszelt sajt, Őszibarack, Ásványvíz										
		Energia: 842,63 Kcal / 3 522,19 KJ	Energia: 659,59 Kcal / 2 757,09 KJ	Energia: 550,31 Kcal / 2 300,30 KJ	Energia: 920,31 Kcal / 3 846,90 KJ	Energia: 873,05 Kcal / 3 649,35 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
21,63 g		38,70 g	7,29 g	29,57 g	14,04 g	1,68 g	28,54 g	22,88 g	3,45 g	36,50 g	38,35 g	5,24 g	32,92 g	35,53 g	11,84 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
96,92 g	8,49 g	3,81 g	101,89 g	0,00 g	5,50 g	50,11 g	8,50 g	4,09 g	104,92 g	4,71 g	4,74 g	101,75 g	3,00 g	3,18 g		
																

Heti étlap 2017.06.12. - 2017.06.16.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
(00447) Iskolás gyermek XI.	Uzsonna	Kockasajt, sonkás, Paradicsom, Teljes kiőrlésű kenyér			Baromfipárizsi, Margarin, Paprika, Teljes kiőrlésű kenyér			Hideg tej, Zöldhagymás szendvicskrém, Teljes kiőrlésű kenyér			Barackos túrókrém, Teljes kiőrlésű kenyér			Gyümölcsjoghurt, Kifli		
		Energia: 231,20 Kcal / 966,42 KJ			Energia: 381,21 Kcal / 1 593,46 KJ			Energia: 357,51 Kcal / 1 494,39 KJ			Energia: 198,28 Kcal / 828,81 KJ			Energia: 219,65 Kcal / 918,14 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		9,90 g	5,70 g	2,99 g	12,59 g	20,97 g	5,42 g	14,63 g	13,34 g	3,04 g	8,31 g	2,41 g	0,95 g	7,50 g	3,25 g	1,56 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
34,80 g	0,00 g	1,23 g	35,07 g	0,00 g	1,59 g	44,65 g	0,00 g	1,22 g	35,52 g	1,50 g	0,67 g	39,73 g	6,50 g	0,25 g		

Elérhet ség: 433-43-05
 Fax: 433-43-06

Üzletvezet Kurdi Jánosné

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”