

## Heti étlap 2017.11.20. - 2017.11.24.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Tízórai</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Tejeskávé, Margarin, Zsemle	Hideg tej, Margarin, Áfonyalekvár, Kukoricás kenyér	Gyümölcs tea, Főtt tojás, Margarin, Zsemle, Jégcsap retek	Forralt tej, Croissant magos	Gyümölcs tea, Meggyes túrókrém, Teljes kiőrlésű kenyér
		Energia: 383,30 Kcal / 1 602,19 KJ	Energia: 410,59 Kcal / 1 716,27 KJ	Energia: 366,25 Kcal / 1 530,93 KJ	Energia: 284,35 Kcal / 1 188,58 KJ	Energia: 237,26 Kcal / 991,75 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		10,37 g 16,90 g 5,19 g	12,88 g 20,40 g 6,84 g	10,82 g 19,22 g 5,04 g	10,70 g 12,25 g 1,63 g	9,70 g 3,23 g 1,38 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
47,27 g 9,99 g 0,91 g	43,26 g 0,00 g 1,63 g	36,94 g 7,00 g 0,89 g	32,30 g 0,00 g 0,27 g	41,87 g 8,00 g 0,67 g		
<b>Ebéd</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Tejfőlés karalábéleves, Serpenyősburgonya, Sült debreceni, Csemege uborka, Ásványvíz, Félbarna kenyér	Gombaleves magyaros, Vadas pulykatokány, Tészta köret penne, Alma, Ásványvíz	Lebbencsleves, Vagdalt sertés, Tökfőzelék, Pogácsa, Ásványvíz, Félbarna kenyér	Palócleves pulykahússal, Piskótakocka, Csokiöntet, Mandarin, Ásványvíz, Félbarna kenyér	Erőleves, Cérnametelt, Székelykáposzta, Ásványvíz, Félbarna kenyér, Körte
		Energia: 720,18 Kcal / 3 010,35 KJ	Energia: 788,12 Kcal / 3 294,34 KJ	Energia: 928,73 Kcal / 3 882,09 KJ	Energia: 975,50 Kcal / 4 077,59 KJ	Energia: 608,85 Kcal / 2 544,99 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		26,84 g 29,80 g 7,57 g	34,04 g 24,62 g 5,10 g	28,25 g 40,81 g 7,53 g	29,94 g 36,38 g 6,44 g	25,67 g 22,84 g 6,09 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
83,10 g 0,90 g 3,55 g	106,01 g 3,88 g 3,44 g	107,72 g 5,94 g 6,94 g	123,53 g 9,21 g 3,39 g	72,34 g 0,94 g 5,22 g		

## Heti étlap 2017.11.20. - 2017.11.24.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Uzsonna</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Olasz felvágott, Vaj, Teljes kiőrlésű kenyér, Paprika	Tonhalkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Kígyóuborka	Hideg tej, Sajtkrém, Teljes kiőrlésű kenyér	Pizzasonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Lilahagyma	Kockasajt, Kifli
		Energia: 409,43 Kcal / 1 711,42 KJ	Energia: 301,18 Kcal / 1 258,93 KJ	Energia: 391,53 Kcal / 1 636,60 KJ	Energia: 359,93 Kcal / 1 504,51 KJ	Energia: 171,77 Kcal / 718,00 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		12,44 g 24,35 g 11,35 g	13,24 g 10,76 g 2,30 g	20,06 g 14,50 g 7,51 g	12,78 g 17,17 g 3,80 g	5,60 g 3,15 g 2,97 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
34,64 g 0,00 g 2,34 g	37,32 g 0,36 g 0,87 g	44,81 g 0,00 g 2,22 g	38,03 g 0,00 g 2,27 g	29,40 g 0,00 g 0,56 g		

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

Kurdi Jánosné  
 Üzletvezető

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk ”