

## Heti étlap 2017.02.06. - 2017.02.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	<b>Tízórai</b>	Forralt tej, Áfonyalekvár, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér	Forralt tej, Vaj, Császárszemle mákszemekkel	Gyümölcs tea, Margarin, Zsemle szezámmagos, Májusi csemege	Karamell, Sajtos kifli	Mézes-citromos tea, Zöldhagymás szendvicskrém, Kígyóuborka, Teljes kiőrlésű kenyér										
		Energia: 385,34 Kcal / 1 610,72 KJ	Energia: 354,94 Kcal / 1 483,65 KJ	Energia: 361,88 Kcal / 1 512,66 KJ	Energia: 279,09 Kcal / 1 166,60 KJ	Energia: 275,31 Kcal / 1 150,80 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		12,82 g	17,75 g	5,43 g	10,74 g	20,40 g	8,40 g	8,96 g	20,22 g	6,00 g	9,75 g	2,86 g	1,38 g	8,41 g	7,81 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	43,38 g	0,00 g	1,13 g	31,22 g	0,00 g	0,27 g	35,56 g	5,99 g	1,73 g	53,56 g	19,98 g	0,23 g	42,73 g	7,81 g	1,01 g	
	<b>Ebéd</b>	Reszelt tésztalevés, Zöldborsófőzelék, Fűszeres pulykaapró, Alma, Ásványvíz, Félbarna kenyér	Dubarry krémleves, Piritott kiskocka, Csikós sertéstokány, Párolt rizsköret, Körte, Ásványvíz	Citromos almaleves, Rántott csirkemell, Petrezselymes burgonya, Céklasaláta, Ásványvíz	Babgulyás sertéshúsos, Metélt tészta, Dejószórat, Narancs, Félbarna kenyér, Ásványvíz	Vajgaluska leves, Paradicsomos káposzta, Szárnyas vagdalt, Alma, Ásványvíz										
		Energia: 727,19 Kcal / 3 039,65 KJ	Energia: 905,64 Kcal / 3 785,58 KJ	Energia: 877,63 Kcal / 3 668,49 KJ	Energia: 1 099,85 Kcal / 4 597,37 KJ	Energia: 519,91 Kcal / 2 173,22 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
33,65 g		27,61 g	4,72 g	26,18 g	37,34 g	10,31 g	33,31 g	31,11 g	4,15 g	42,15 g	28,75 g	6,12 g	22,19 g	16,89 g	3,66 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
84,37 g	8,89 g	3,22 g	113,41 g	0,44 g	4,24 g	114,90 g	17,58 g	4,01 g	164,15 g	22,32 g	5,81 g	62,30 g	2,00 g	3,75 g		

## Heti étlap 2017.02.06. - 2017.02.10.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	<b>Uzsonna</b>	Csirkemell sonka, Margarin, Kígyóuborka, Zsemle			Szardiniakrém, Teljes kiőrlésű kenyér , Paprika			Főtt tojás, Jégcsap retek, Teljes kiőrlésű kenyér , Margarin			Házi csirkemáj, Teljes kiőrlésű kenyér , Lilahagyma			Hideg tej, Kockasajt, Kifli		
		Energia: 321,58 Kcal / 1 344,20 KJ			Energia: 250,10 Kcal / 1 045,42 KJ			Energia: 360,44 Kcal / 1 506,64 KJ			Energia: 209,70 Kcal / 876,55 KJ			Energia: 332,48 Kcal / 1 389,77 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		14,12 g	14,96 g	4,01 g	10,22 g	7,66 g	0,56 g	12,10 g	19,45 g	5,04 g	9,73 g	2,21 g	0,52 g	15,68 g	12,20 g	6,76 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
32,23 g	0,00 g	1,62 g	35,01 g	0,00 g	1,03 g	33,82 g	0,00 g	1,07 g	37,41 g	0,00 g	1,04 g	39,60 g	0,00 g	0,93 g		

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

Kurdi Jánosné  
 Üzletvezet

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”