

Heti étlap 2017.01.02. - 2017.01.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00447) Iskolás gyermek XI.	Forralt tej, Baromfipárizsi, Minimargarin, Teljes kiőrlésű kenyér	Kakaó, Margarin, Zsemle magos	Gyümölcs tea, Zöldhagymás szendvicsskrém, Rágórépa, Teljes kiőrlésű kenyér	Forralt tej, Főtt tojás, Margarin, Zsemle	Citromos tea, Sajtkrém, Paprika, Teljes kiőrlésű kenyér
		Energia: 590,92 Kcal / 2 470,05 KJ	Energia: 301,77 Kcal / 1 261,40 KJ	Energia: 281,85 Kcal / 1 178,13 KJ	Energia: 331,28 Kcal / 1 384,75 KJ	Energia: 314,51 Kcal / 1 314,65 KJ
		Fehérje 18,63 g Zsír 37,82 g T.Zsírsvav 10,85 g	Fehérje 10,68 g Zsír 7,33 g T.Zsírsvav 1,64 g	Fehérje 8,51 g Zsír 7,86 g T.Zsírsvav 0,02 g	Fehérje 16,70 g Zsír 12,15 g T.Zsírsvav 2,87 g	Fehérje 8,39 g Zsír 12,32 g T.Zsírsvav 6,87 g
		Szénhidrát 43,65 g Cukor 0,00 g Só 2,06 g	Szénhidrát 48,20 g Cukor 10,99 g Só 1,22 g	Szénhidrát 44,13 g Cukor 5,99 g Só 1,15 g	Szénhidrát 38,74 g Cukor 0,00 g Só 1,09 g	Szénhidrát 42,01 g Cukor 7,50 g Só 1,01 g
Ebéd	(00447) Iskolás gyermek XI.	Babgulyás sertéshúsos, Tejbedara, Fahéjas porcukor szórat, Mandarin, Ásványvíz	Daragaluska leves, Zöldborsófőzelék, Főtt virsli, Bounty szelet, Ásványvíz, Félbarna kenyér	Paradicsomleves, Kakukkfűves csirkemell, Tört burgonya, Csemege uborka, Ásványvíz	Tojásleves, Tökfőzelék tejfölös, Csemege karaj, Alma, Ásványvíz	Magyaros karfioleves, Piritott kiskocka, Pásztor tarhonya, Vegyes vágott savanyúság, Ásványvíz
		Energia: 794,43 Kcal / 3 320,72 KJ	Energia: 623,95 Kcal / 2 608,11 KJ	Energia: 534,94 Kcal / 2 236,05 KJ	Energia: 473,31 Kcal / 1 978,44 KJ	Energia: 806,27 Kcal / 3 370,21 KJ
		Fehérje 29,54 g Zsír 21,29 g T.Zsírsvav 6,87 g	Fehérje 24,85 g Zsír 22,18 g T.Zsírsvav 6,05 g	Fehérje 25,74 g Zsír 11,84 g T.Zsírsvav 1,38 g	Fehérje 22,33 g Zsír 18,60 g T.Zsírsvav 4,39 g	Fehérje 29,07 g Zsír 25,34 g T.Zsírsvav 5,68 g
		Szénhidrát 118,52 g Cukor 40,15 g Só 1,56 g	Szénhidrát 80,16 g Cukor 8,35 g Só 4,29 g	Szénhidrát 79,67 g Cukor 6,32 g Só 9,29 g	Szénhidrát 52,71 g Cukor 7,99 g Só 3,92 g	Szénhidrát 112,92 g Cukor 1,32 g Só 6,04 g



Heti étlap 2017.01.02. - 2017.01.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00447) Iskolás gyermek XI.	Túrókrém, magyaros, Paprika, Zsemle	Trappista sajt, Kígyóborka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér	Hideg tej, Csirkemell sonka, Margarin, Zsemle	Tonhalkrém, Paradicsom, Teljes kiőrlésű kenyér	Joghurt poharas gyümölcsös, Kifli
		Energia: 201,12 Kcal / 840,68 KJ	Energia: 350,80 Kcal / 1 466,34 KJ	Energia: 345,35 Kcal / 1 443,56 KJ	Energia: 306,25 Kcal / 1 280,13 KJ	Energia: 219,61 Kcal / 917,97 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		9,09 g 4,37 g 1,74 g	17,64 g 15,89 g 7,14 g	20,38 g 10,51 g 3,25 g	13,24 g 10,81 g 2,34 g	7,42 g 3,25 g 3,13 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
31,12 g 0,00 g 1,39 g	33,89 g 0,00 g 1,85 g	41,90 g 0,00 g 1,83 g	38,47 g 0,36 g 1,05 g	39,70 g 12,99 g 0,49 g		

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

Kurdi Jánosné
 Üzletvezető

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”