

## Heti étlap 2016.11.21. - 2016.11.25.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Tízórai</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Forralt tej, Baromfipárizsi, Margarin, Paprika, Teljes kiőrlésű kenyér	Kakaó, Margarin, Kifli	Gyümölcs tea, Kockasajt , Jégcsap retek, Teljes kiőrlésű kenyér	Forralt tej, Sajtos stangli	Citromos tea, Karottás túrókrém, Paprika, Teljes kiőrlésű kenyér
		Energia: 361,65 Kcal / 1 511,70 KJ	Energia: 392,69 Kcal / 1 641,44 KJ	Energia: 176,29 Kcal / 736,89 KJ	Energia: 192,15 Kcal / 803,19 KJ	Energia: 171,75 Kcal / 717,92 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		17,68 g 12,42 g 2,85 g	10,72 g 17,33 g 5,44 g	6,55 g 3,35 g 2,97 g	11,44 g 4,40 g 3,82 g	6,77 g 0,83 g 0,04 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
44,72 g 0,00 g 1,68 g	48,28 g 10,99 g 0,43 g	29,12 g 0,12 g 1,18 g	27,00 g 0,00 g 1,29 g	34,10 g 0,15 g 0,68 g		
<b>Ebéd</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Tarhonyaleves , Finomfőzelék , Párolt sertésszelet , Alma, Ásványvíz, Félbarna kenyér	Sárgaborsó leves pulykahússal, Spagetti , Joghurtos öntet, Reszelt sajt, Félbarna kenyér , Körte, Ásványvíz	Zöldségkrémleves , Levesgyöngy, Lecsós sertéstokány, Tarhonya köret , Mandarin , Ásványvíz	Sertéshúsgaluska leves, Sóskamártás, Főtt tojás, Főtt burgonya fél, Félbarna kenyér , Alma, Ásványvíz	Paradicsom leves , Rántott halrudacska, Párolt rizsköret , Kaposjoghurtos öntet, Ásványvíz
		Energia: 353,40 Kcal / 1 477,21 KJ	Energia: 1 107,90 Kcal / 4 631,02 KJ	Energia: 738,61 Kcal / 3 087,39 KJ	Energia: 733,99 Kcal / 3 068,08 KJ	Energia: 854,94 Kcal / 3 573,65 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		21,70 g 9,03 g 2,40 g	50,43 g 32,25 g 11,98 g	22,72 g 27,00 g 6,53 g	25,32 g 22,22 g 5,00 g	24,67 g 32,54 g 4,20 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
44,29 g 1,13 g 1,78 g	151,54 g 0,90 g 5,84 g	97,63 g 1,32 g 6,07 g	105,43 g 11,07 g 4,09 g	114,11 g 6,09 g 3,67 g		



## Heti étlap 2016.11.21. - 2016.11.25.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Uzsonna</b>	<b>(00447) Iskolás gyermek XI.</b>	Magyaros vajkrém, Korpás zsemle	Szardiniakrém, Kígyóuborka, Teljes kiőrlésű kenyér	Hideg tej, Méz, Vaj, Zsemle	Diákcsemege, Margarin, Paradicsom, Teljes kiőrlésű kenyér	Joghurt poharas gyümölcsös, Kifli
		Energia: 230,13 Kcal / 961,94 KJ	Energia: 168,29 Kcal / 703,45 KJ	Energia: 353,43 Kcal / 1 477,34 KJ	Energia: 474,96 Kcal / 1 985,33 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
		5,87 g 8,22 g 3,48 g	6,67 g 0,86 g 0,02 g	11,57 g 12,95 g 6,42 g	13,60 g 31,10 g 10,11 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
32,89 g 0,00 g 1,87 g	33,28 g 0,00 g 0,69 g	47,23 g 8,10 g 0,71 g	34,60 g 0,00 g 2,87 g	39,70 g 12,99 g 0,49 g		

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

Üzletvezet Kurdi Jánosné

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”