

Heti étlap 2016.12.12. - 2016.12.16.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00447) Iskolás gyermek XI.	Forralt tej, Margarin, Zsemle magos	Gyümölcs tea, Tojáskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Lilahagyma	Erdei gyümölcsös tea, Főtt virsli, Ketchup, Félbarna kenyér	Kakaó, Croissant magos	Citromos tea, Házi csirkemáj, Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom
		Energia: 265,21 Kcal / 1 108,58 KJ	Energia: 263,15 Kcal / 1 099,97 KJ	Energia: 333,22 Kcal / 1 392,86 KJ	Energia: 320,91 Kcal / 1 341,40 KJ	Energia: 302,51 Kcal / 1 264,49 KJ
		Fehérje 11,30 g Zsír 7,35 g T.Zsír 1,63 g	Fehérje 9,78 g Zsír 5,00 g T.Zsír 0,83 g	Fehérje 13,47 g Zsír 11,74 g T.Zsír 4,27 g	Fehérje 10,08 g Zsír 12,23 g T.Zsír 1,64 g	Fehérje 12,14 g Zsír 5,43 g T.Zsír 0,87 g
		Szénhidrát 38,50 g Cukor 0,00 g Só 1,26 g	Szénhidrát 44,39 g Cukor 5,99 g Só 1,25 g	Szénhidrát 42,08 g Cukor 11,27 g Só 2,75 g	Szénhidrát 42,00 g Cukor 10,99 g Só 0,23 g	Szénhidrát 50,79 g Cukor 17,99 g Só 0,80 g
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12
Ebéd	(00447) Iskolás gyermek XI.	Gulyásleves sertéshússal, Káposztás kocka, Alma, Ásványvíz	Tarhonyaleves zöldséges, Fűszeres csirkecsíkok, Tökfőzelék tejfölös, Müzliszelet, gyümölcsös, Félbarna kenyér, Ásványvíz	Citromos almaleves, Rántott halrudacska, Petrezselymes burgonya, Kapszoghurtos öntet, Ásványvíz	Vajgaluska leves, Köményes sertéssült, Kelkáposzta főzelék, Körte, Ásványvíz	Paradicsom leves betűtésztaival, Fokhagymás pulykaapró, Rizi-bizi, Ásványvíz, Ecetes dinnye
		Energia: 800,68 Kcal / 3 346,84 KJ	Energia: 658,11 Kcal / 2 750,90 KJ	Energia: 749,46 Kcal / 3 132,74 KJ	Energia: 522,20 Kcal / 2 182,80 KJ	Energia: 654,25 Kcal / 2 734,77 KJ
		Fehérje 29,65 g Zsír 24,65 g T.Zsír 5,64 g	Fehérje 34,14 g Zsír 19,25 g T.Zsír 3,49 g	Fehérje 21,87 g Zsír 28,67 g T.Zsír 4,06 g	Fehérje 29,48 g Zsír 16,88 g T.Zsír 4,40 g	Fehérje 26,04 g Zsír 18,04 g T.Zsír 3,45 g
		Szénhidrát 113,08 g Cukor 4,66 g Só 4,87 g	Szénhidrát 83,78 g Cukor 13,33 g Só 6,11 g	Szénhidrát 99,57 g Cukor 12,09 g Só 2,32 g	Szénhidrát 56,75 g Cukor 0,00 g Só 5,02 g	Szénhidrát 95,94 g Cukor 9,99 g Só 6,90 g
		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12



Heti étlap 2016.12.12. - 2016.12.16.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00447) Iskolás gyermek XI.	Zöldfűszeres szendvicsskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom	Hideg tej, Mexikói felvágott, Margarin, Zsemle	Karottás sajtkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Kígyóuborka	Baromfipárizsi, Margarin, Jégcsap retek, Teljes kiőrlésű kenyér	Kockasajt, Zsemle
		Energia: 247,89 Kcal / 1 036,18 KJ	Energia: 366,73 Kcal / 1 532,93 KJ	Energia: 280,17 Kcal / 1 171,11 KJ	Energia: 287,77 Kcal / 1 202,88 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
		8,33 g 7,84 g 0,02 g	15,64 g 15,80 g 5,24 g	8,23 g 12,20 g 6,87 g	12,55 g 10,87 g 1,62 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
36,05 g 0,00 g 1,00 g	40,05 g 0,00 g 1,65 g	34,01 g 0,00 g 1,04 g	34,59 g 0,00 g 1,66 g	29,40 g 0,00 g 1,04 g		

Elérhetőség: 433-43-05
Fax: 433-43-06

Üzletvezető: Kurdi Jánosné

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk ”