

Heti étlap 2025.04.14. - 2025.04.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök
Tízórai	(00482) Gyermek (7-10 év)	Gyümölcs tea, Trappista sajt(7), Margarin, Félbarna kenyér(1), Paradicsom	Tejeskávé(1,7), Kuglóf(3, 1, 7), Margarin	Gyümölcs tea, Házi tonhalkrém(4,10,3,7), Teljes kiőrlésű kifli(1), Póréhagyma	
		Energia: 356.19 Kcal / 1,488.87 KJ	Energia: 419.48 Kcal / 1,753.43 KJ	Energia: 231.73 Kcal / 968.63 KJ	Energia: Kcal / 0.00 KJ
		Fehérje 13.62 g Zsír 16.01 g T.Zsírsv 7.42 g	Fehérje 9.42 g Zsír 21.77 g T.Zsírsv 7.88 g	Fehérje 8.44 g Zsír 7.56 g T.Zsírsv 1.81 g	Fehérje g Zsír g T.Zsírsv g
		Szénhidrát 38.40 g Cukor 8.99 g Só 1.83 g	Szénhidrát 45.97 g Cukor 22.89 g Só 0.44 g	Szénhidrát 31.82 g Cukor 9.18 g Só 1.29 g	Szénhidrát g Cukor g Só g
Ebéd	(00482) Gyermek (7-10 év)	Májgombóclevés(1), Aranygaluska(3, 1, 7), Vaníliásodó(1,7), Körte	Szárzabbaleves (3,9,1), Tejszínes pirítamos pulykamell(1,7), Penne tészta(3,1)	Paprikáskrumpli virslivel, Kukoricás kenyér, Kovászos uborka, Gyümölcslé, Bombi(3, 1, 7), Kinder tojás(7)	Köménymagleves(1), Zsemlekocka(1), Rakott karfiol bulgural(1,7)
		Energia: 825.29 Kcal / 3,449.71 KJ	Energia: 840.26 Kcal / 3,512.29 KJ	Energia: 1,055.50 Kcal / 4,411.99 KJ	Energia: 538.39 Kcal / 2,250.47 KJ
		Fehérje 25.47 g Zsír 27.92 g T.Zsírsv 9.69 g	Fehérje 45.77 g Zsír 24.24 g T.Zsírsv 4.61 g	Fehérje 26.58 g Zsír 39.30 g T.Zsírsv 14.36 g	Fehérje 24.82 g Zsír 30.69 g T.Zsírsv 8.22 g
		Szénhidrát 117.18 g Cukor 19.18 g Só 3.84 g	Szénhidrát 108.82 g Cukor 0.05 g Só 1.81 g	Szénhidrát 146.28 g Cukor 58.39 g Só 4.88 g	Szénhidrát 41.31 g Cukor 1.22 g Só 2.05 g



Heti étlap 2025.04.14. - 2025.04.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök
Uzsonna	(00482) Gyermekek (7-10 év)	Diákcsemege(5, 8), Margarin, Teljes kiőrlésű zsemle(1), Zöldpaprika	Kenőmájas, Rozskenyér (1), Kígyóborka	Sajtos croissant(3, 1, 7)	
		Energia: 319.87 Kcal / 1,337.06 Kj	Energia: 226.27 Kcal / 945.81 Kj	Energia: 369.00 Kcal / 1,542.42 Kj	Energia: Kcal / 0.00 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav
		9.02 g 15.99 g 2.83 g	9.12 g 8.79 g 3.85 g	11.00 g 19.00 g 10.00 g	g g g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
34.39 g 0.00 g 0.67 g	27.40 g 0.00 g 1.42 g	37.00 g 5.40 g 1.40 g	g g g		

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

.....

Élelmezésvezető

.....

Szakács

