

Heti étlap 2025.02.03. - 2025.02.07.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00482) Gyermek (7-10 év)	Gyümölcs joghurt, Kifli	Tej, Mogyorókrém, Félbarna kenyér	Gyümölcs tea, Tonhalkrém , Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom	Gyümölcs tea, Pritaminos tojáskrém, Kukoricás kenyér	Gyümölcs tea, Sajtos párizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Sörretek
		Energia: 219.09 Kcal / 915.80 KJ	Energia: 357.00 Kcal / 1,492.26 KJ	Energia: 227.89 Kcal / 952.58 KJ	Energia: 278.59 Kcal / 1,164.51 KJ	Energia: 303.37 Kcal / 1,268.09 KJ
		Fehérje 10.05 g Zsír 5.10 g T.Zsírsv 2.54 g	Fehérje 13.00 g Zsír 12.30 g T.Zsírsv 4.34 g	Fehérje 8.41 g Zsír 5.10 g T.Zsírsv 1.27 g	Fehérje 5.90 g Zsír 11.33 g T.Zsírsv 3.09 g	Fehérje 9.00 g Zsír 13.36 g T.Zsírsv 4.05 g
		Szénhidrát 33.00 g Cukor 7.38 g Só 0.90 g	Szénhidrát 48.15 g Cukor 9.60 g Só 1.50 g	Szénhidrát 36.22 g Cukor 8.99 g Só 0.55 g	Szénhidrát 37.34 g Cukor 10.48 g Só 0.81 g	Szénhidrát 35.84 g Cukor 8.99 g Só 1.21 g
Ebéd	(00482) Gyermek (7-10 év)	Zöldségkrémleves , Levesgyöngy, Dínó falatok, Fűszeres steakburgonya, Vágott vegyes savanyúság	Erdélyi rakott káposzta, Félbarna kenyér, Gyümölcslé, Kinder maxi king	Lebbencsleves , Bakonyi sertésszelet, Párolt bulgur	Daragaluska leves, Kolbász pörkölt, Sárgaborsó főzelék , Rozskenyér	Gulyásleves , Dejós metélt, Körte
		Energia: 507.25 Kcal / 2,120.31 KJ	Energia: 888.12 Kcal / 3,712.34 KJ	Energia: 808.60 Kcal / 3,379.95 KJ	Energia: 901.39 Kcal / 3,767.81 KJ	Energia: 785.30 Kcal / 3,282.55 KJ
		Fehérje 9.20 g Zsír 22.52 g T.Zsírsv 4.87 g	Fehérje 38.48 g Zsír 63.88 g T.Zsírsv 28.45 g	Fehérje 34.10 g Zsír 36.23 g T.Zsírsv 9.18 g	Fehérje 35.83 g Zsír 43.18 g T.Zsírsv 10.04 g	Fehérje 27.22 g Zsír 22.02 g T.Zsírsv 2.47 g
		Szénhidrát 66.36 g Cukor 0.05 g Só 1.38 g	Szénhidrát 122.44 g Cukor 55.58 g Só 6.88 g	Szénhidrát 89.79 g Cukor 0.10 g Só 1.80 g	Szénhidrát 91.34 g Cukor 0.05 g Só 4.34 g	Szénhidrát 118.42 g Cukor 21.54 g Só 1.29 g



Heti étlap 2025.02.03. - 2025.02.07.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00482) Gyermek (7-10 év)	Turista felvágott, Margarin, Rozskenyér, Póréhagyma	Zalaikrém házi , Teljes kiőrlésű zsemle, Zöldpaprika	Vaníliás tej , Fatörzs kifli	Trappista sajt, Margarin, Barna zsemle, Kígyóuborka	Pizzás csiga
		Energia: 254.78 Kcal / 1,064.98 Kj	Energia: 213.05 Kcal / 890.55 Kj	Energia: 521.33 Kcal / 2,179.16 Kj	Energia: 307.80 Kcal / 1,286.60 Kj	Energia: 371.95 Kcal / 1,554.75 Kj
		Fehérje 8.37 g Zsír 12.23 g T.Zsírsv 3.72 g	Fehérje 8.83 g Zsír 8.39 g T.Zsírsv 2.67 g	Fehérje 17.40 g Zsír 10.20 g T.Zsírsv 4.63 g	Fehérje 12.91 g Zsír 13.67 g T.Zsírsv 5.57 g	Fehérje 5.82 g Zsír 25.72 g T.Zsírsv 6.79 g
		Szénhidrát 27.51 g Cukor 0.00 g Só 1.38 g	Szénhidrát 25.31 g Cukor 0.00 g Só 1.11 g	Szénhidrát 90.00 g Cukor 28.00 g Só 1.43 g	Szénhidrát 32.91 g Cukor 0.00 g Só 1.33 g	Szénhidrát 28.86 g Cukor 0.00 g Só 2.27 g

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

.....
Élelmezésvezető

.....
Szakács

