



### Heti étlap 2023.03.06. - 2023.03.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>Uzsonna</b>	<b>(00482) Gyermekek (7-10 év)</b>	Zöldfűszeres vajkrém, Rozsos kenyér, Kígyóuborka	Turista felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Kaliforniai paprika	Tonhalkrém , Zsemle, Póréhagyma	Kockasajt, Teljes kiőrlésű kifli, Alma	Kakaó, Fatörzs kifli										
		Energia: 181,92 Kcal / 760,43 KJ	Energia: 250,66 Kcal / 1 047,76 KJ	Energia: 208,95 Kcal / 873,41 KJ	Energia: 214,42 Kcal / 896,28 KJ	Energia: 263,02 Kcal / 1 099,42 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		4,04 g	8,39 g	3,90 g	9,01 g	12,44 g	3,69 g	8,68 g	4,80 g	1,36 g	7,54 g	6,54 g	2,98 g	9,51 g	2,50 g	1,15 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
22,35 g	0,00 g	0,46 g	25,33 g	0,00 g	1,28 g	32,44 g	0,00 g	0,90 g	30,71 g	0,00 g	0,71 g	50,11 g	16,40 g	0,34 g		

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

.....  
Élelmezésvezető

.....  
Szakács

