

Heti étlap 2024.06.17. - 2024.06.21.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00482) Gyermek (7-10 év)	Tej, Méz, Margarin, Rozskenyér	Tej, Kukoricapehely	Gyümölcs tea, Tojáskrém, Rozskenyér, Paradicsom	Gyümölcs tea, Körözött túró, Félbarna kenyér, Retek	Gyümölcs tea, Párizsi, Margarin, Zsemle, Sárgarépa
		Energia: 377.60 Kcal / 1,578.37 KJ	Energia: 231.56 Kcal / 967.92 KJ	Energia: 316.35 Kcal / 1,322.34 KJ	Energia: 225.65 Kcal / 943.22 KJ	Energia: 332.30 Kcal / 1,389.01 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		10.95 g 13.05 g 4.99 g	9.11 g 5.78 g 3.07 g	7.40 g 13.83 g 4.11 g	7.40 g 4.47 g 2.09 g	9.12 g 12.92 g 4.11 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
53.64 g 16.20 g 0.91 g	35.50 g 0.00 g 0.91 g	39.60 g 8.99 g 1.17 g	38.10 g 8.99 g 1.53 g	43.84 g 8.99 g 1.72 g		
Ebéd	(00482) Gyermek (7-10 év)	Májgaluskaleves, Gránátos kocka, Káposzta saláta, Alma	Sült virsli, Zöldborsófőzelék, Fehérkenyér, Gyümölcsle, Mignon	Vegyes gyümölcsleves, Dínó falatok, Zöldséges rizs	Tárkonyos sertésraguleves, Tejbedara szórattal	Karfiolleves, Tarhonyás hús, Csemege uborka, Túró Rudi
		Energia: 850.35 Kcal / 3,554.46 KJ	Energia: 1,073.83 Kcal / 4,488.61 KJ	Energia: 552.80 Kcal / 2,310.70 KJ	Energia: 618.23 Kcal / 2,584.20 KJ	Energia: 762.23 Kcal / 3,186.12 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		24.23 g 29.44 g 7.74 g	31.81 g 39.76 g 12.70 g	9.90 g 13.57 g 2.39 g	26.73 g 23.96 g 9.09 g	33.19 g 30.75 g 7.64 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
119.42 g 3.70 g 4.63 g	145.33 g 54.94 g 2.91 g	96.92 g 29.92 g 2.27 g	73.03 g 27.99 g 0.97 g	87.34 g 11.97 g 3.11 g		





Heti étlap 2024.06.17. - 2024.06.21.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00482) Gyermek (7-10 év)	Turista felvágott, Margarin, Félbarna kenyér, Zöldpaprika	Tonhalkrém , Teljes kiőrlésű kenyér, Újhagyma	Sárgabarack, Nápolyi szelet	Kockasajt, Teljes kiőrlésű kifli	Teljes kiőrlésű szilvás croissant
		Energia: 258.27 Kcal / 1,079.57 Kj	Energia: 185.81 Kcal / 776.69 Kj	Energia: 149.51 Kcal / 624.95 Kj	Energia: 172.68 Kcal / 721.80 Kj	Energia: 229.60 Kcal / 959.73 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		9.36 g 12.34 g 3.82 g	8.57 g 5.08 g 1.27 g	2.21 g 5.80 g 1.96 g	7.07 g 6.06 g 2.98 g	5.22 g 14.45 g 7.05 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
27.14 g 0.00 g 1.80 g	26.69 g 0.00 g 0.56 g	21.02 g 5.00 g 0.07 g	22.32 g 0.00 g 0.70 g	19.39 g 0.00 g 0.44 g		

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

.....
Élelmezésvezető

.....
Szakács

