



Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
Reggeli	(00485) Gyermek (11-14)	Kenyér teljes kiörlésű, Citromos tea , Sajtkrém , Paradicsom	Kenyér teljes kiörlésű, Retek, Kőrözött túró házi isk, Citromos tea isk 2-8 oszt	Kenyér teljes kiörlésű, Margarin Light, Méz, Kakaó isk	Citromos tea isk, Túrós batyu isk	Kenyér teljes kiörlésű, Citromos tea isk, Sajtkrém, natúr 1 kg, Paradicsom	Kenyér teljes kiörlésű, Retek, Kőrözött túró házi isk, Citromos tea isk
		Energia: 286,66 Kcal / 1 198,24 KJ	Energia: 335,50 Kcal / 1 402,39 KJ	Energia: 469,18 Kcal / 1 961,17 KJ	Energia: 606,49 Kcal / 2 535,13 KJ	Energia: 210,48 Kcal / 879,81 KJ	Energia: 259,77 Kcal / 1 085,84 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 8,03 g 2,79 g 0,92 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 15,49 g 5,04 g 2,10 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 16,62 g 12,89 g 5,90 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 31,53 g 18,40 g 6,93 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 6,61 g 2,49 g 0,88 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 14,00 g 4,73 g 2,06 g
		Szénhidrát Cukor Só 56,93 g 20,28 g 0,12 g	Szénhidrát Cukor Só 56,59 g 20,28 g 1,09 g	Szénhidrát Cukor Só 71,11 g 28,32 g 0,52 g	Szénhidrát Cukor Só 78,29 g 14,99 g 1,25 g	Szénhidrát Cukor Só 40,10 g 10,23 g 0,10 g	Szénhidrát Cukor Só 39,91 g 10,23 g 1,07 g
Ebéd	(00485) Gyermek (11-14)	Karalábéleves mir. , Sajtos csirkemell , Tészta köret	Lebbencsleves , Zöldborsófőzelék mir. , Krinolin	Zöldségleves mir. , Bakonyi tokány , Tészta köret	Karfiolleves mir. , Paprikásburg , Vegyes vágott savanyúság	Szárazbableves , Túrós derelye mir	Reszelttészta leves, Székelykáposzta
		Energia: 926,90 Kcal / 3 874,44 KJ	Energia: 816,50 Kcal / 3 412,97 KJ	Energia: 1 274,76 Kcal / 5 328,50 KJ	Energia: 632,99 Kcal / 2 645,90 KJ	Energia: 1 054,76 Kcal / 4 408,90 KJ	Energia: 566,44 Kcal / 2 367,72 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 53,13 g 36,91 g 8,61 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 34,22 g 30,61 g 8,47 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 49,11 g 51,69 g 13,85 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 28,30 g 39,27 g 10,77 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 31,23 g 29,38 g 3,04 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 19,31 g 39,08 g 10,82 g
		Szénhidrát Cukor Só 94,39 g 0,00 g 9,40 g	Szénhidrát Cukor Só 99,05 g 9,99 g 4,76 g	Szénhidrát Cukor Só 151,66 g 0,00 g 13,84 g	Szénhidrát Cukor Só 87,31 g 0,00 g 6,61 g	Szénhidrát Cukor Só 162,42 g 19,98 g 9,29 g	Szénhidrát Cukor Só 33,68 g 0,00 g 2,28 g





Heti étlap 2018.04.16. - 2018.04.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
<b>Uzsonna</b>	<b>(00485) Gyermek (11-14)</b>	Kenyér teljes kiőrlésű, Gépsonka, Zöldpaprika, Margarin Light, Citromos tea	Kenyér teljes kiőrlésű, Kockasajt La wache, Margarin Light, Zöldhagyma csomós, Tej 2,8% 5/1	Kenyér teljes kiőrlésű, Gépsonka, Citromos tea isk, Retek	Kenyér teljes kiőrlésű, Lönchshús kg, Zöldpaprika, Citromos tea isk	Kenyér teljes kiőrlésű, Margarin Light, Gépsonka, Zöldpaprika, Tej 2,8% 5/1	Kenyér teljes kiőrlésű, Kockasajt La wache, Zöldhagyma csomós, UHT tej 1l-es
		Energia: 368,16 Kcal / 1 538,91 KJ	Energia: 1 525,23 Kcal / 6 375,46 KJ	Energia: 229,33 Kcal / 958,60 KJ	Energia: 270,15 Kcal / 1 129,23 KJ	Energia: 371,48 Kcal / 1 552,79 KJ	Energia: 482,23 Kcal / 2 015,72 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		18,97 g 7,62 g 2,09 g	86,52 g 26,31 g 9,25 g	12,48 g 3,31 g 0,89 g	10,38 g 7,92 g 2,60 g	24,34 g 12,92 g 5,09 g	26,77 g 10,67 g 4,76 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
55,38 g 20,28 g 0,76 g	233,78 g 0,30 g 1,82 g	37,07 g 10,23 g 0,39 g	38,94 g 10,23 g 0,89 g	39,01 g 0,24 g 0,97 g	69,20 g 0,24 g 0,95 g		

.....  
Élelmezésvezet

.....

.....  
Intézményvezet

Az étlapváltoztatás jogát fentartjuk!

