PENSIO
MINŐSÉGI KÖZÉTKEZTETÉS KFT
1103 Budapest, Kőér u. 5.
Tel. / fax: +36 1 262 3625
Web: www.minosegikozetkeztetes.hu
E-mail: info@minosegikozetkeztetes.hu

Heti étlap 2018.10.08. - 2018.10.14.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
Tízórai	**(00447) Iskolás gyermek XI.**	Citromos tea, Magyaros túrókrém , Teljes kiőrlésű kenyér , Kígyóuborka	Kakaó, Margarin, Kalács	Gyümölcs tea, Sajtkrém, Szezámmagos zsemle , Paradicsom	Gyümölcs tea, Csirkemájkrém házi, Teljes kiőrlésű kenyér , Jégcsapretek	Citromos tea, Kockasajt, Kifli , Paprika	Hideg tej, Méz, Vaj, Teljes kiőrlésű kenyér
		Energia: 256,74 Kcal / 1 073,17 Kj	Energia: 479,28 Kcal / 2 003,39 Kj	Energia: 300,40 Kcal / 1 255,67 Kj	Energia: 222,04 Kcal / 928,13 Kj	Energia: 262,97 Kcal / 1 099,21 Kj	Energia: 456,73 Kcal / 1 909,13 Kj
		Fehérje 10,98 g; Zsír 3,62 g; T.Zsírsav 1,57 g; Szénhidrát 44,55 g; Cukor 10,00 g; Só 0,99 g	Fehérje 14,08 g; Zsír 23,74 g; T.Zsírsav 8,28 g; Szénhidrát 52,20 g; Cukor 7,20 g; Só 0,47 g	Fehérje 8,35 g; Zsír 14,95 g; T.Zsírsav 6,89 g; Szénhidrát 33,42 g; Cukor 5,01 g; Só 1,04 g	Fehérje 11,75 g; Zsír 1,59 g; T.Zsírsav 0,36 g; Szénhidrát 39,78 g; Cukor 5,01 g; Só 0,97 g	Fehérje 9,56 g; Zsír 6,77 g; T.Zsírsav 3,72 g; Szénhidrát 40,51 g; Cukor 10,00 g; Só 0,70 g	Fehérje 12,98 g; Zsír 20,20 g; T.Zsírsav 9,81 g; Szénhidrát 55,21 g; Cukor 12,15 g; Só 0,88 g
Ebéd	**(00447) Iskolás gyermek XI.**	Gulyásleves, Tejbedara, Kakaószórat , Félbarna kenyér, Alma, Ásványvíz	Csontleves , Cérnametélt , Főtt virsli, Zöldbabfőzelék, Félbarna kenyér, Szilva, Ásványvíz	Lebbencsleves , Paradicsomos halragu, Rövidcső tészta köret , Menü süti, Ásványvíz	Vegyes gyümölcsleves, Natúr csirkemell , Párolt rizs fél, Mexikói köret, Alma, Ásványvíz	Köménymagleves , Zsemlekocka, Sertéspörkölt , Lencsefőzelék , Túró desszert, Ásványvíz	Csirkeraguleves , Gránátos kocka, Csemege uborka, Ásványvíz
		Energia: 760,07 Kcal / 3 177,09 Kj	Energia: 521,37 Kcal / 2 179,33 Kj	Energia: 772,88 Kcal / 3 230,64 Kj	Energia: 655,81 Kcal / 2 741,29 Kj	Energia: 622,96 Kcal / 2 603,97 Kj	Energia: 561,65 Kcal / 2 347,70 Kj
		Fehérje 22,02 g; Zsír 8,17 g; T.Zsírsav 2,63 g; Szénhidrát 148,23 g; Cukor 49,17 g; Só 3,13 g	Fehérje 19,26 g; Zsír 20,49 g; T.Zsírsav 6,39 g; Szénhidrát 63,09 g; Cukor 3,72 g; Só 5,20 g	Fehérje 19,97 g; Zsír 18,90 g; T.Zsírsav 1,84 g; Szénhidrát 123,15 g; Cukor 3,00 g; Só 3,19 g	Fehérje 30,57 g; Zsír 13,07 g; T.Zsírsav 2,70 g; Szénhidrát 103,63 g; Cukor 20,98 g; Só 7,08 g	Fehérje 26,62 g; Zsír 17,59 g; T.Zsírsav 6,64 g; Szénhidrát 82,29 g; Cukor 15,10 g; Só 3,09 g	Fehérje 28,88 g; Zsír 12,24 g; T.Zsírsav 2,61 g; Szénhidrát 82,96 g; Cukor 0,33 g; Só 7,09 g

PENSIO
MINŐSÉGI KÖZÉTKEZTETÉS KFT
1103 Budapest, Kőér u. 5.
Tel. / fax: +36 1 262 3625
Web: www.minosegikozetkeztetes.hu
E-mail: info@minosegikozetkeztetes.hu

Heti étlap 2018.10.08. - 2018.10.14.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
Uzsonna	**(00447) Iskolás gyermek XI.**	Hideg tej, Sonka felvágott, Margarin, Zsemle	Sajt, lapka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér , Újhagyma	Diákcsemege, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér	Vaníliás túrókrém, Zsemle rozsos	Túrós batyu	Sajtkrém, Teljes kiőrlésű kenyér , Paradicsom
		Energia: 447,42 Kcal / 1 870,22 Kj	Energia: 339,54 Kcal / 1 419,28 Kj	Energia: 464,01 Kcal / 1 939,56 Kj	Energia: 197,69 Kcal / 826,34 Kj	Energia: 251,20 Kcal / 1 050,02 Kj	Energia: 284,44 Kcal / 1 188,96 Kj
		Fehérje 18,74 g; Zsír 23,55 g; T.Zsírsav 6,84 g	Fehérje 9,64 g; Zsír 17,46 g; T.Zsírsav 5,59 g	Fehérje 13,10 g; Zsír 31,00 g; T.Zsírsav 10,09 g	Fehérje 9,62 g; Zsír 2,34 g; T.Zsírsav 1,06 g	Fehérje 8,60 g; Zsír 0,00 g; T.Zsírsav 0,00 g	Fehérje 8,21 g; Zsír 12,25 g; T.Zsírsav 6,89 g
		Szénhidrát 39,30 g; Cukor 0,00 g; Só 1,90 g	Szénhidrát 35,97 g; Cukor 0,00 g; Só 1,08 g	Szénhidrát 32,60 g; Cukor 0,00 g; Só 3,10 g	Szénhidrát 34,31 g; Cukor 2,50 g; Só 0,86 g	Szénhidrát 41,30 g; Cukor 0,00 g; Só 0,30 g	Szénhidrát 35,00 g; Cukor 0,00 g; Só 0,85 g

Elérhet ség: 433-43-05
Fax: 433-43-06

Medveczki Anett
Üzletvezet

" Az étlapváltozás jogát fenntartjuk"