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

Tételes étlap 2019.01.07. - 2019.01.13.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2019.01.07. hétfő	(00447) Iskolás gyermek XI.	**T**	Forralt tej	386,40	92,00	6,60	3,00	1,63	10,00	0,00	0,27	7	
			Szendvicskrém	476,28	113,94	0,75	12,00	5,80	0,60	0,00	0,00	7	
			Teljes kiőrlésű kenyér	668,81	160,00	6,06	0,60	0,00	32,40	0,00	0,66	1	
		E	Bakonyi betyárleves pulykahússal	766,92	183,47	13,52	9,25	3,26	10,61	0,00	1,69	1,3,7,9	
			Gránátos kocka	1 732,43	414,46	14,39	5,86	0,63	75,25	0,00	1,98	1	
			Csemege uborka	40,28	9,64	0,42	0,07	0,00	1,82	0,00	1,68	10,(12)	
			Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21		
		U	Sonkás szelet	267,79	64,07	8,48	3,28	1,15	0,08	0,00	1,31		
			Margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	(7)	
			Zsemle	570,99	136,60	4,70	0,35	0,00	28,50	0,00	0,48	1	
			Kígyóuborka	24,57	5,88	0,50	0,05	0,00	0,85	0,00	0,02		
			Összesen:	5 465,69	1 307,15	55,46		16,27	160,19	0,00	8,50		
2019.01.08. kedd	(00447) Iskolás gyermek XI.	**T**	Tejeskávé	499,04	119,01	5,63	2,55	1,39	18,64	9,99	0,23	7,(1)	
			Croissant magos	802,20	191,00	4,10	9,25	0,00	22,30	0,00	0,40	1,3,7,11,(5),(8)	
		E	Korpagaluska leves	361,73	86,54	3,28	1,83	0,20	14,45	0,00	0,93	1,3,9	
			Főtt tojás	276,19	66,07	5,40	4,80	1,24	0,24	0,00	0,14	3	
			Sólet	1 580,02	377,99	20,40	4,80	1,17	61,03	0,00	1,11	1	
			Félbarna kenyér	413,28	98,87	3,92	0,40	0,04	19,16	0,72	0,48	1	
			Narancs	276,97	66,26	0,96	0,32	0,00	13,60	0,00	0,01		
			Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21		
		U	Padlizsánkrém	187,46	44,85	1,19	3,64	0,00	1,95	0,00	0,67	7,10,(12)	
			Zsemle, teljes kiőrlésű	616,67	147,53	5,08	0,38	0,00	30,78	0,00	0,54	1	
			Paprika	40,95	9,80	0,60	0,15	0,00	1,50	0,00	0,00		
			Összesen:	5 054,51	1 207,92	50,56		4,04	183,65	10,71	4,72		

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

2019.01.09. szerda	(00447) Iskolás gyermek XI.	**T**	Gyümölcs tea	86,62	20,72	0,00	0,00	0,00	5,02	5,01	0,00	
			Párizsi baromfi	352,46	84,32	5,89	6,22	1,62	1,09	0,00	0,37	
			Margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	(7)
			Zsemle, teljes kiőrlésű	616,67	147,53	5,08	0,38	0,00	30,78	0,00	0,54	1
		E	Sajtkrémleves	1 172,99	280,62	16,17	19,72	10,20	9,27	0,00	1,77	1,7
			Barbecue csirkecomb	1 257,30	300,79	42,11	12,29	2,83	5,06	2,73	1,76	(1),(12)
			Zöldséges rizs	1 273,87	304,75	6,00	5,79	0,65	56,76	0,00	1,58	
			Alma	218,12	52,18	0,60	0,60	0,00	10,50	0,00	0,02	
			Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21	
		U	Hideg tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,22	7
			Kőrözött	182,29	43,61	3,35	2,50	1,30	1,82	0,00	0,50	7
			Kukoricás kenyér	648,65	155,18	5,88	0,60	0,00	31,38	0,00	1,20	1
			Kígyóuborka	24,57	5,88	0,50	0,05	0,00	0,85	0,00	0,02	
			Összesen:	6 868,76	1 643,24	92,42		23,44	163,21	7,74	8,39	
2019.01.10. csütörtök	(00447) Iskolás gyermek XI.	**T**	Forralt tej	386,40	92,00	6,60	3,00	1,63	10,00	0,00	0,27	7
			Vaj	531,22	127,09	0,06	14,00	6,77	0,06	0,00	0,00	7
			Zsemle, magos	616,67	147,53	5,08	0,38	0,00	30,78	0,00	0,70	1
			Jégcsapretek	30,45	7,28	0,60	0,05	0,00	1,10	0,00	0,07	
		E	Erőleves	167,13	39,98	1,70	1,30	0,11	5,73	0,00	1,12	9
			Cérnametélt	183,96	44,01	1,25	1,07	0,10	7,30	0,00	0,98	1
			Székelykáposzta	498,98	119,37	3,51	6,83	2,27	9,77	0,00	2,66	7,(9),(12)
			Félbarna kenyér	413,28	98,87	3,92	0,40	0,04	19,16	0,72	0,48	1
			Túró desszert	416,33	99,60	2,37	4,80	4,50	12,00	11,10	0,05	7,(5),(6),(8)
			Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21	
		U	Házi húskrém 0,03	346,51	82,90	2,70	7,71	2,86	0,66	0,00	0,48	7,(10)
			Zsemle, teljes kiőrlésű	616,67	147,53	5,08	0,38	0,00	30,78	0,00	0,54	1
			Összesen:	4 207,60	1 006,16	32,87		18,28	127,34	11,82	7,56	

2019.01.11. péntek	(00447) Iskolás gyermek XI.	**T**	Mézes-citromos tea	135,79	32,49	0,08	0,02	0,00	7,83	7,81	0,00	
			Margarin	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	(7)
			Diákcsemege	739,54	176,92	7,00	16,40	6,29	0,12	0,00	2,00	(1),(6),(7)
			Burgonyás kenyér	645,62	154,46	6,06	1,08	0,00	29,94	0,00	0,00	1
			Paradicsom	45,78	10,95	0,50	0,10	0,02	2,00	0,00	0,01	
		E	Paradicsomleves	647,00	154,79	4,59	1,58	0,10	29,87	7,99	1,02	1,9,(12)
			Rántott csirkemell	604,76	144,68	24,42	1,72	0,60	7,70	0,00	2,53	(1),(7)
			Kukoricás rizs	1 593,75	381,28	7,88	7,84	0,86	69,44	0,00	1,49	
			Mandarin	215,58	51,57	0,77	0,33	0,00	10,78	0,00	0,00	
			Ásványvíz	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,21	
		U	Hideg tej	504,00	120,57	6,80	5,60	3,04	10,60	0,00	0,22	7
			Kockasajt	314,79	75,31	4,18	6,25	3,72	0,50	0,00	0,70	7,(1)
			Teljes kiőrlésű kifli	536,95	128,46	5,67	2,60	1,49	20,45	0,00	0,50	1,7
			Összesen:	6 514,78	1 558,57	67,99		19,92	189,31	15,80	8,88	

Elérhet ség: 433-43-05
Fax: 433-43-06

Medveczki Anett
Üzletvezet

" Az étlapváltozás jogát fenntartjuk"