Heti étlap 2019.10.14. - 2019.10.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	**(00447) Iskolás gyermek XI.**	Citromos tea, Vajkrém, Kukoricás kenyér	Hideg tej, Margarin, Kakaós kalács	Citromos tea, Edami sajt, Margarin, Zsemle, Paprika	Tejeskávé, Margarin, Kifli, szezámmagos	Gyümölcs tea, Házi húskrém 0,03, Teljes kiőrlésű kenyér , Lilahagyma
		Energia: 310,38 Kcal / 1 297,39 Kj	Energia: 501,44 Kcal / 2 096,02 Kj	Energia: 468,20 Kcal / 1 957,08 Kj	Energia: 362,30 Kcal / 1 514,41 Kj	Energia: 302,64 Kcal / 1 265,04 Kj
		Fehérje 6,71 g; Zsír 12,62 g; T.Zsírsav 5,80 g	Fehérje 13,62 g; Zsír 24,22 g; T.Zsírsav 6,84 g	Fehérje 16,54 g; Zsír 26,28 g; T.Zsírsav 11,05 g	Fehérje 9,81 g; Zsír 16,86 g; T.Zsírsav 5,19 g	Fehérje 11,29 g; Zsír 9,55 g; T.Zsírsav 3,36 g
		Szénhidrát 41,99 g; Cukor 10,00 g; Só 1,21 g	Szénhidrát 54,96 g; Cukor 0,00 g; Só 0,42 g	Szénhidrát 40,69 g; Cukor 10,00 g; Só 1,48 g	Szénhidrát 42,80 g; Cukor 8,99 g; Só 0,43 g	Szénhidrát 42,34 g; Cukor 5,01 g; Só 1,21 g
Ebéd	**(00447) Iskolás gyermek XI.**	Vajgaluska leves, Vadas sertésragu 0,15, Olasz csavar tészta köret , Alma, Ásványvíz	Brokkolikrémleves , Piritott kiskocka, Mexikói sertésragu, Párolt rizsköret , Banán , Ásványvíz	Meggyleves , Sült csirkecomb , Burgonyapüré , Csemege uborka, Ischler, Ásványvíz	Zöldségleves , Sült debreceni, Sárgaborsó főzelék, Túró rudi, Ásványvíz	Húsos karfiolleves , Piskótakocka , Csokiöntet, Szőlő, Ásványvíz
		Energia: 595,42 Kcal / 2 488,86 Kj	Energia: 624,61 Kcal / 2 610,87 Kj	Energia: 866,79 Kcal / 3 623,18 Kj	Energia: 538,35 Kcal / 2 250,30 Kj	Energia: 735,04 Kcal / 3 072,47 Kj
		Fehérje 17,39 g; Zsír 12,43 g; T.Zsírsav 2,13 g	Fehérje 15,06 g; Zsír 7,32 g; T.Zsírsav 1,39 g	Fehérje 52,78 g; Zsír 29,12 g; T.Zsírsav 4,31 g	Fehérje 25,74 g; Zsír 22,90 g; T.Zsírsav 8,23 g	Fehérje 24,12 g; Zsír 29,97 g; T.Zsírsav 6,61 g
		Szénhidrát 102,83 g; Cukor 5,00 g; Só 3,95 g	Szénhidrát 123,45 g; Cukor 0,00 g; Só 2,94 g	Szénhidrát 104,33 g; Cukor 10,99 g; Só 4,71 g	Szénhidrát 50,20 g; Cukor 8,50 g; Só 2,34 g	Szénhidrát 88,49 g; Cukor 6,99 g; Só 3,40 g

Heti étlap 2019.10.14. - 2019.10.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	**(00447) Iskolás gyermek XI.**	Csirkesonka EF EF, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér , Póréhagyma	Zöldfűszeres túrókrém , Teljes kiőrlésű kenyér , Paradicsom	Hideg tej, Zala felvágott , Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér	Kőrözött , Zsemle, Kígyóuborka	Sajt, lapka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér
		Energia: 334,99 Kcal / 1 400,26 Kj	Energia: 234,45 Kcal / 980,00 Kj	Energia: 474,78 Kcal / 1 984,58 Kj	Energia: 187,45 Kcal / 783,54 Kj	Energia: 329,89 Kcal / 1 378,94 Kj
		Fehérje: 13,12 g; Zsír: 15,75 g; T.Zsírsav: 4,17 g	Fehérje: 9,99 g; Zsír: 5,57 g; T.Zsírsav: 0,71 g	Fehérje: 19,10 g; Zsír: 24,40 g; T.Zsírsav: 8,60 g	Fehérje: 8,60 g; Zsír: 2,91 g; T.Zsírsav: 1,30 g	Fehérje: 9,10 g; Zsír: 17,43 g; T.Zsírsav: 5,59 g
		Szénhidrát: 34,79 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,71 g	Szénhidrát: 35,98 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,14 g	Szénhidrát: 44,08 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,88 g	Szénhidrát: 31,42 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,00 g	Szénhidrát: 33,78 g; Cukor: 0,00 g; Só: 1,06 g
						

Elérhet ség: 433-43-05
Fax: 433-43-06

Vidák László
Üzletvezet

" Az étlapváltozás jogát fenntartjuk"