

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00483) Gyermekek (7-10)	Tej 2dl [7], Kalács fonott [1,3,7]	Gyümölcs tea , Margarin ewa, Gépsonka, Zsemle [1], Zöldpaprika	Csipkebogyó tea, Zsemle [1], Jégcsap retek, Vajkrém magyaros[7]	Gyümölcs tea , Soproni felvágott, Jégсалáta, Zsemle graham[1]	Tej 2dl [7], Körözött túró házi [7,(9,10)], Zöldpaprika, Teljes kiőrlésű kenyér[1]
		Energia: 240.10 Kcal / 1,003.62 KJ	Energia: 215.93 Kcal / 902.59 KJ	Energia: 236.13 Kcal / 987.02 KJ	Energia: 206.35 Kcal / 862.54 KJ	Energia: 450.43 Kcal / 1,882.80 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		11.39 g 6.98 g 3.72 g	7.63 g 2.30 g 0.78 g	5.76 g 6.27 g 2.97 g	7.03 g 6.89 g 2.37 g	17.81 g 9.19 g 5.00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00483) Gyermekek (7-10)	Lebbencsleves [1,3,(9,10)], Zöldborsófőzelék [1,7], Főtt virsli (6,10)	Zöldséges burgonyagombóc leves [1,3,7,9,(, Rakott zöldbab [1,7,(9,10)]	Savanyú vetreце[1,7,10,(9,12)], Karalábéleves [1,3,7,(9,10)], Tészta köret [1,3]	Kelkáposzta főzelék [1,(9,10)], Húsgombóc [3,(9,10)], Kertészleves [1,3,9], Félbarna kenyér[1]	Sajtkrémleves [1,7], Bácskai rizseshús (9,10)
		Energia: 674.63 Kcal / 2,819.95 KJ	Energia: 757.04 Kcal / 3,164.43 KJ	Energia: 718.47 Kcal / 3,003.20 KJ	Energia: 747.19 Kcal / 3,123.25 KJ	Energia: 805.69 Kcal / 3,367.78 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		33.50 g 23.89 g 6.40 g	27.41 g 31.32 g 6.36 g	24.56 g 34.28 g 7.18 g	30.33 g 27.56 g 5.92 g	27.93 g 40.67 g 15.01 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(00483) Gyermekek (7-10)	Zala felvágott, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Margarin ewa, Uborka (kígyó)	Tojáskrém [3,10,(12)], Teljes kiőrlésű kenyér[1], Paradicsom	Zöldpaprika, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Fokhagymás felvágott, Margarin ewa	Kifli[1,7], Kockasajt [7], Zöldpaprika	Gyümölcsjoghurt[7,(1)]
		Energia: 244.85 Kcal / 1,023.47 KJ	Energia: 292.50 Kcal / 1,222.65 KJ	Energia: 231.23 Kcal / 966.54 KJ	Energia: 305.08 Kcal / 1,275.23 KJ	Energia: 100.00 Kcal / 418.00 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		6.23 g 4.12 g 1.49 g	9.83 g 7.10 g 1.72 g	5.74 g 5.04 g 0.37 g	10.76 g 14.43 g 9.10 g	3.30 g 3.20 g 2.20 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00483) Gyermek (7-10)		   		 	 

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

Fojtyik József
.....
Diétás szakács

Simonyi-Nagy Veronika
.....
Élelmezésvezető

