

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00483) Gyermekek (7-10)	Tej 2dl [7], Margarin ewa, Kalács fonott [1,3,7]	Gyümölcs tea , Margarin ewa, Löncsfelvágott, Jégcsap retek, Kocka kenyér[1]	Gyümölcs tea , Pulyka pizzasonka, Margarin ewa, Kifli[1,7]	Gyümölcs tea , Zöldpaprika, Vajkrém magyaros[7], Kocka kenyér[1]	Gyümölcs tea , Jégcsap retek, Párizsi, Teljes kiőrlésű kenyér[1]
		Energia: 338.73 Kcal / 1,415.89 KJ	Energia: 216.81 Kcal / 906.27 KJ	Energia: 178.92 Kcal / 747.89 KJ	Energia: 215.32 Kcal / 900.04 KJ	Energia: 338.64 Kcal / 1,415.52 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
		13.81 g 11.08 g 5.18 g	6.12 g 4.93 g 1.69 g	7.22 g 1.95 g 0.60 g	4.79 g 4.62 g 2.60 g	7.51 g 4.63 g 1.76 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00483) Gyermekek (7-10)	Zöldbabfőzelék [1,7], Virsli pörkölt (9,10), Húsgombóclevés [1,3, (9,10)], Kocka kenyér[1]	Tavaszi leves [1,3,9], Paprikásburgonya [1, (9,10)], Kocka kenyér[1]	Francia hagymaleves [1,7], Savanyú vetrece [1,7,10,(9,12)], Tészta köret [1,3]	Zabpelyhes húsgombóc [1,3,(9,10)], Paradicsom mártás [1], Burgonya féladag, Karfiollevés [3, (9,10)]	Meggylevés mir. ovi[1,7], Sült csirkecomb ovi, Párolt rizs , Csemege uborka[10,12]
		Energia: 714.94 Kcal / 2,988.45 KJ	Energia: 640.00 Kcal / 2,675.20 KJ	Energia: 762.60 Kcal / 3,187.67 KJ	Energia: 760.79 Kcal / 3,180.10 KJ	Energia: 785.79 Kcal / 3,284.60 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
		31.22 g 37.38 g 9.68 g	18.03 g 12.80 g 1.51 g	27.37 g 32.87 g 9.49 g	26.51 g 27.68 g 6.49 g	49.88 g 24.61 g 4.65 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(00483) Gyermekek (7-10)	Paradicsom, Csirkemell sonka, Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Halkrém[4,10,(12)], Margarin ewa, Zöldpaprika, Zsemle rozsos[1]	Húskrém, Uborka(kígyó), Zsemle rozsos[1]	Gépsonka, Zsemle korpás[1], Uborka(kígyó), Margarin ewa	Nutri keksz[1], Mandarin
		Energia: 255.48 Kcal / 1,067.91 KJ	Energia: 245.25 Kcal / 1,025.15 KJ	Energia: 226.65 Kcal / 947.40 KJ	Energia: 144.95 Kcal / 605.89 KJ	Energia: 49.33 Kcal / 206.20 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
		7.95 g 1.69 g 0.52 g	13.64 g 7.28 g 1.65 g	8.62 g 7.20 g 2.70 g	7.64 g 3.65 g 1.08 g	0.72 g 0.43 g 0.07 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!

