

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00630) Tejmentes Iskola	Rizs tej, Zala felvágott, Margarin ewa, Zsemle korpás[1]	Gyümölcs tea , Margarin ewa, Löncsfelvágott, Jégcsap retek, Kocka kenyér[1]	Gyümölcs tea , Pulyka pizzasonka, Margarin ewa, Zsemle[1]	Gyümölcs tea , Kocka kenyér[1], Margarin ewa, Minidzsem 25g-os, különféle[12]	Gyümölcs tea , Jégcsap retek, Párizsi, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Minimargarin 20g
		Energia: 359.98 Kcal / 1,504.72 KJ	Energia: 279.05 Kcal / 1,166.43 KJ	Energia: 317.93 Kcal / 1,328.95 KJ	Energia: 267.18 Kcal / 1,116.81 KJ	Energia: 488.83 Kcal / 2,043.31 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
		11.45 g 11.19 g 3.26 g	7.64 g 11.13 g 3.70 g	11.18 g 5.24 g 1.61 g	4.01 g 4.61 g 1.37 g	8.65 g 20.63 g 6.38 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00630) Tejmentes Iskola	Zöldbabfőzelék *mir.* TM.[1,(9,10)], 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,(9,10)], Savanyú vetreце [1,(9,10)], Tészta köret [1,3]	Zabpelyhes húsgombóc [1,3,(9,10)], Paradicsom mártás [1], Burgonya féladag, Karfiollevés [3,(9,10)]	Meggylevés *mirelit* TM [1], Sült csirkecomb ovi, Párolt rizs , Csemege uborka[10,12]
		Energia: 537.21 Kcal / 2,245.54 KJ	Energia: 640.00 Kcal / 2,675.20 KJ	Energia: 660.97 Kcal / 2,762.85 KJ	Energia: 760.79 Kcal / 3,180.10 KJ	Energia: 602.00 Kcal / 2,516.36 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
		20.33 g 26.94 g 5.82 g	18.03 g 12.80 g 1.51 g	21.64 g 24.18 g 6.30 g	26.51 g 27.68 g 6.49 g	28.47 g 14.38 g 2.38 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(00630) Tejmentes Iskola	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: 296.41 Kcal / 1,238.99 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	15.43 g 12.25 g 3.06 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

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

