

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00483) Gyermekek (7-10)	Tej 2dl [7], Méz, Tea vaj [7], Kocka kenyér[1]	Gyümölcs tea , Körözött túró házi [7,(9,10)], Kocka kenyér[1], Jégsaláta	Csipkebogyó tea, Sajtkrém, natur[7], Paradicsom, Zsemle[1]	Tej 2dl [7], Kifli[1,7], Trapista sajt[7], Zöldpaprika	Tej 2dl [7], Halkrém[4,10, (12)], Jégsaláta, Teljes kiőrlésű kenyér[1]
		Energia: 329.57 Kcal / 1,377.60 KJ	Energia: 231.12 Kcal / 966.08 KJ	Energia: 252.21 Kcal / 1,054.24 KJ	Energia: 316.30 Kcal / 1,322.13 KJ	Energia: 426.16 Kcal / 1,781.35 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		10.37 g 10.70 g 5.70 g	7.95 g 5.75 g 2.84 g	7.79 g 6.63 g 3.25 g	18.46 g 11.74 g 8.00 g	20.59 g 8.64 g 3.35 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00483) Gyermekek (7-10)	Székelykáposzta [1,7, (9,10,12)], Zöldségleves mir. [1,9,(10)], Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Paradicsom leves [1,3,9, (10)], Rakott burgonya [3,7]	Hentes tokány [1,10,12], Tarhonya köret [1,3], Karfiolleves [3,(9,10)]	Zöldbableves [1,3,(9,10)], Burgonya főzelék [1,7], Vagdalt [1,3,(9,10)]	Bulgur[1], Natúr sertéskaraj [1], Almamártás mir ovi[1,7], Húsgombóclevés [1,3, (9,10)]
		Energia: 733.15 Kcal / 3,064.57 KJ	Energia: 698.91 Kcal / 2,921.44 KJ	Energia: 669.44 Kcal / 2,798.26 KJ	Energia: 686.52 Kcal / 2,869.65 KJ	Energia: 765.86 Kcal / 3,201.29 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		26.46 g 35.84 g 8.48 g	22.94 g 30.67 g 5.99 g	25.87 g 30.80 g 7.21 g	24.06 g 25.13 g 5.17 g	32.32 g 30.17 g 7.29 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(00483) Gyermekek (7-10)	Zsemle[1], Gépsonka, Zöldpaprika	Uborka(kígyó), Teljes kiőrlésű kenyér[1], Tavaszi felvágott, Margarin ewa	Főtt tojás[3], Uborka (kígyó), Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Párizsi, Jégcsap retek, Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Gyümölcsjoghurt[7,(1)]
		Energia: 176.01 Kcal / 735.72 KJ	Energia: 258.02 Kcal / 1,078.52 KJ	Energia: 245.30 Kcal / 1,025.35 KJ	Energia: 236.36 Kcal / 987.98 KJ	Energia: 100.00 Kcal / 418.00 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		8.44 g 1.47 g 0.56 g	6.87 g 5.08 g 1.76 g	9.24 g 5.18 g 1.31 g	6.53 g 5.37 g 2.12 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!

