

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00483) Gyermekek (7-10)	Tej 2dl [7], Trapista sajt [7], Zöldpaprika, Zsemle [1]	Citromos tea isk, Zöldpaprika, Zsemle[1], Lönccsfelvágott	Gyümölcs tea , Kocka kenyér[1], Kenőmájas, Zöldpaprika	Tejeskávé[1,7], Kifli, sajtos egyenes[1,3,7]	Csipkebogyó tea, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Paradicsom, Bécsi sonka
		Energia: 354.55 Kcal / 1,482.02 KJ	Energia: 267.99 Kcal / 1,120.20 KJ	Energia: 211.55 Kcal / 884.28 KJ	Energia: 244.67 Kcal / 1,022.72 KJ	Energia: 374.23 Kcal / 1,564.28 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		19.78 g 11.84 g 8.04 g	9.67 g 7.09 g 2.58 g	5.84 g 5.42 g 2.16 g	12.32 g 5.60 g 3.49 g	12.14 g 5.06 g 1.38 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00483) Gyermekek (7-10)	Mákos guba [1,7], Sertésraguleves [1,3,9, (10)]	Burgonyaleves magyaros [1,9,(10)], Tejfölös szárazbabfőz[1,7,(9,10)], Húsgombóc [3,(9,10)], Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Daragaluska leves [1,3], Káposztás kocka [1,3], Alma	Virsli pörkölt (9,10), Párolt rizs , Pásztor tarhonya leves[1,3,(9,10)]	Húsleves [1,3,9], Rántott sertésszelet [1,3,7], Főtt burgonya ovi
		Energia: 802.12 Kcal / 3,352.86 KJ	Energia: 938.11 Kcal / 3,921.30 KJ	Energia: 656.85 Kcal / 2,745.63 KJ	Energia: 852.29 Kcal / 3,562.57 KJ	Energia: 723.37 Kcal / 3,023.69 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		36.60 g 31.27 g 10.81 g	37.60 g 31.51 g 7.14 g	19.90 g 13.02 g 1.76 g	24.87 g 31.61 g 6.49 g	39.41 g 30.65 g 8.78 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(00483) Gyermekek (7-10)	Csirkemell sonka, Margarin ewa, Uborka (kígyó), Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Kocka kenyér[1], Jégسالáta, Vajkrém zöldfűszeres[7]	Paradicsom, Margarin ewa, Olasz felvágott, Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Jégcsap retek, Margarin ewa, Pulyka pizzasonka, Zsemle korpás[1]	Tejszelet[1,3,7], Szilva
		Energia: 199.75 Kcal / 834.96 KJ	Energia: 86.23 Kcal / 360.44 KJ	Energia: 280.17 Kcal / 1,171.11 KJ	Energia: 136.30 Kcal / 569.73 KJ	Energia: 152.12 Kcal / 635.86 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		8.07 g 3.12 g 0.99 g	2.35 g 1.30 g 0.57 g	6.81 g 7.26 g 2.65 g	8.07 g 2.21 g 0.54 g	2.32 g 6.70 g 4.90 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!

