

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00483) Gyermekek (7-10)	Pogácsa,kicsi burgonyás [1], Tej 2dl [7]	Citromos tea isk, Uborka (kígyó), Kocka kenyér[1], Trapista sajt[7]	Gyümölcs tea , Jégcsap retek, Pulykamellsonka, Zsemle[1]	Tej 2dl [7], Zsemle[1], Párizsi, Zöldpaprika	Gyümölcs tea , Uborka (kígyó), Löncsfelvágott, Teljes kiőrlésű kenyér[1]
		Energia: 400.16 Kcal / 1,672.67 KJ	Energia: 264.64 Kcal / 1,106.20 KJ	Energia: 191.82 Kcal / 801.81 KJ	Energia: 310.16 Kcal / 1,296.47 KJ	Energia: 269.07 Kcal / 1,124.71 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		11.32 g 24.91 g 8.11 g	10.42 g 7.34 g 4.92 g	8.73 g 1.02 g 0.33 g	15.45 g 8.77 g 4.39 g	6.52 g 4.88 g 1.72 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00483) Gyermekek (7-10)	Meggymártás mir. ovi [1,7], Főtt burgonya ovi, Csirkebecsinált leves [1,7,9,(10)], Natúr sertéskaraj [1]	Daragaluska leves [1,3], Tökfőzelék [1,7], Húsgombóc [3,(9,10)], Kocka kenyér[1]	Frankfurti sertés tokány [1,(10)], Bulgur[1], Paradicsom leves [1,3,9, (10)]	Zöldséges burgonyagombóc leves [1,3,7,9,(10)], Húsos metélt isk[1,3], Csemege uborka[10,12]	Meggy leves mir. ovi[1,7], Csirkepörkölt (9,10), Párolt rizs
		Energia: 699.67 Kcal / 2,924.62 KJ	Energia: 765.57 Kcal / 3,200.08 KJ	Energia: 775.15 Kcal / 3,240.13 KJ	Energia: 923.54 Kcal / 3,860.40 KJ	Energia: 713.02 Kcal / 2,980.42 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		36.46 g 16.99 g 2.97 g	29.48 g 29.37 g 7.40 g	29.81 g 29.31 g 7.47 g	32.67 g 36.47 g 8.34 g	39.76 g 23.52 g 4.22 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(00483) Gyermekek (7-10)	Bécsi sonka, Margarin ewa, Zöldpaprika, Zsemle korpás[1]	Zöldpaprika, Margarin ewa, Zsemle korpás[1], Sonka (szeletelt,csomagolt)100g (1,6,7)	Főtt tojás[3], Zöldpaprika, Teljes kiőrlésű kenyér[1]	Jégcsap retek, Kenőmájás, Kocka kenyér [1]	Alma, Bukta töltött[1,3,7]
		Energia: 153.78 Kcal / 642.80 KJ	Energia: 154.77 Kcal / 646.94 KJ	Energia: 222.55 Kcal / 930.26 KJ	Energia: 135.37 Kcal / 565.85 KJ	Energia: 221.99 Kcal / 927.92 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		9.85 g 3.73 g 1.08 g	8.82 g 4.32 g 1.24 g	8.79 g 5.19 g 1.30 g	4.81 g 5.13 g 2.09 g	5.17 g 3.48 g 0.33 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!

