

Heti étlap 2020.11.02. - 2020.11.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Tízórai</b>	<b>(00910) Tejmentes iskola X.</b>	Gyümölcsstea, Párizsi glutén- és szójamentes, Margarin, Félbarna kenyér	Rizstej, Miniméz, Margarin, Félbarna kenyér	Tojásos margarinkrém, Gyümölcsstea, Teljes kiőrlésű kenyér, Lilahagyma	Kakaó TM, Olasz felvágott, Margarin, Félbarna kenyér	Házi húskrém TM 0,03, Citromos tea, Félbarna kenyér, Jégcsapretek
		Energia: 274,50 Kcal / 1 147,41 KJ	Energia: 852,78 Kcal / 3 564,62 KJ	Energia: 221,30 Kcal / 925,03 KJ	Energia: 305,27 Kcal / 1 276,03 KJ	Energia: 215,22 Kcal / 899,62 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		8,28 g 11,24 g 3,34 g	8,40 g 18,60 g 1,81 g	8,12 g 5,37 g 1,00 g	12,16 g 19,73 g 6,19 g	7,13 g 4,88 g 1,56 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
33,84 g 5,19 g 1,28 g	164,94 g 65,78 g 1,01 g	34,69 g 5,01 g 1,15 g	52,47 g 12,32 g 2,57 g	34,68 g 10,15 g 1,06 g		
<b>Ebéd</b>	<b>(00910) Tejmentes iskola X.</b>	Gulyásleves pulyka, Főtt tészta, Dejószórat, Körte, Félbarna kenyér	Csontleves, Csirkefalatok, Zöldbabfőzelék tej, Félbarna kenyér	Csíki saláta tej, Paradicsomleves, Halrudacska, Párolt rizsköret	Köménymaglevés, Piritott kiskocka, Székelykáposzta, Félbarna kenyér, Narancs	Zellerleves, Főtt Bécsi rudacska, Lecsős ragu, Párolt rizsköret
		Energia: 644,47 Kcal / 2 693,88 KJ	Energia: 351,00 Kcal / 1 467,18 KJ	Energia: 691,19 Kcal / 2 889,17 KJ	Energia: 558,74 Kcal / 2 335,53 KJ	Energia: 546,31 Kcal / 2 283,58 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		27,83 g 12,40 g 2,02 g	23,63 g 8,94 g 1,69 g	22,92 g 22,81 g 0,45 g	22,35 g 28,00 g 8,17 g	16,88 g 18,19 g 5,25 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
104,93 g 10,55 g 3,10 g	45,30 g 4,03 g 4,30 g	116,65 g 9,99 g 3,52 g	50,57 g 0,06 g 5,95 g	77,79 g 1,32 g 3,82 g		
<b>Uzsonna</b>	<b>(00910) Tejmentes iskola X.</b>	Efeg csirkesonkás margarin, Félbarna kenyér	Zöldfűszeres margarin, Kukoricás kenyér, Paradicsom	Sárgabaracklekvár, Zsemle, Margarin	magyaros margarin, Zsemle, teljes kiőrlésű, Paprika	Csirkemell sonka, Margarin, Félbarna kenyér
		Energia: 196,93 Kcal / 823,17 KJ	Energia: 190,65 Kcal / 796,92 KJ	Energia: 197,39 Kcal / 825,09 KJ	Energia: 207,78 Kcal / 868,52 KJ	Energia: 228,12 Kcal / 953,54 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		7,62 g 4,89 g 1,35 g	5,24 g 6,56 g 1,81 g	4,73 g 4,35 g 1,20 g	5,44 g 6,47 g 1,80 g	11,88 g 6,40 g 1,82 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
29,45 g 1,08 g 1,56 g	27,43 g 0,00 g 1,30 g	34,51 g 5,43 g 0,68 g	31,70 g 0,00 g 1,13 g	29,54 g 1,24 g 1,74 g		





### Heti étlap 2020.11.02. - 2020.11.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Uzsonna</b>						

Elérhetőség: 433-43-05  
Fax: 433-43-06

Üzletvezető: Vidák László

” Az étlapváltozás jogát fenntartjuk”

