

Heti étlap 2023.04.03. - 2023.04.07.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	
Tízórai	(00120) Iskolás menü 7-10 éves	Gyümölcs tea, Körözött, Félbarna kenyér	Kakaó, Briós	Gyümölcs tea, Trappista sajt, Margarin, Félbarna kenyér			
		Energia: 223.68 Kcal / 934.98 Kj	Energia: 252.01 Kcal / 1,053.40 Kj	Energia: 310.45 Kcal / 1,297.68 Kj	Energia: Kcal / 0.00 Kj	Energia: Kcal / 0.00 Kj	
		Fehérje 8.60 g Zsír 2.13 g T.Zsír 0.96 g Szénhidrát 41.55 g	Fehérje 10.77 g Zsír 6.87 g T.Zsír 3.70 g Szénhidrát 36.15 g	Fehérje 11.22 g Zsír 10.93 g T.Zsír 3.80 g Szénhidrát 40.99 g	Fehérje g Zsír g T.Zsír g Szénhidrát g	Fehérje g Zsír g T.Zsír g Szénhidrát g	Fehérje g Zsír g T.Zsír g Szénhidrát g
		1,7,(6)	1,3,7	1,7,(6)			
Ebéd	(00120) Iskolás menü 7-10 éves	Csontleves zöldséggel, Lecsós virsli, Tarhonya köret, Alma	Paradicsomos káposzta, Sertés pörkölt, Házi piskóta, Csokoládé öntet	Gombakrémleves, Levesgyöngy, Csirke nuggets sütőben, Párolt rizs, Francia saláta	Tavaszi szünet	Tavaszi szünet	
		Energia: 1,390.94 Kcal / 5,814.13 Kj	Energia: 659.13 Kcal / 2,755.16 Kj	Energia: 1,116.65 Kcal / 4,667.60 Kj	Energia: 0.00 Kcal / 0.00 Kj	Energia: 0.00 Kcal / 0.00 Kj	
		Fehérje 50.91 g Zsír 27.38 g T.Zsír 5.18 g Szénhidrát 234.23 g	Fehérje 28.24 g Zsír 23.88 g T.Zsír 6.03 g Szénhidrát 81.91 g	Fehérje 27.36 g Zsír 81.42 g T.Zsír 10.68 g Szénhidrát 69.97 g	Fehérje 0.00 g Zsír 0.00 g T.Zsír 0.00 g Szénhidrát 0.00 g	Fehérje 0.00 g Zsír 0.00 g T.Zsír 0.00 g Szénhidrát 0.00 g	Fehérje 0.00 g Zsír 0.00 g T.Zsír 0.00 g Szénhidrát 0.00 g
		1,3,9,(6),(7),(10)	1,3,7	1,3,7,10,(12)			
Uzsonna	(00120) Iskolás menü 7-10 éves	Sertés párizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű zsemle, Uborka	Diák csemege, Margarin, Korpás zsemle, Kaliforniai paprika	Kakaós rizskorong, Körte			
		Energia: 113.54 Kcal / 474.60 Kj	Energia: 201.80 Kcal / 843.52 Kj	Energia: 502.98 Kcal / 2,102.46 Kj	Energia: Kcal / 0.00 Kj	Energia: Kcal / 0.00 Kj	
		Fehérje 7.18 g Zsír 11.07 g T.Zsír 2.90 g Szénhidrát 20.11 g	Fehérje 21.76 g Zsír 10.35 g T.Zsír 2.57 g Szénhidrát 30.82 g	Fehérje 5.95 g Zsír 17.23 g T.Zsír 15.00 g Szénhidrát 77.80 g	Fehérje g Zsír g T.Zsír g Szénhidrát g	Fehérje g Zsír g T.Zsír g Szénhidrát g	Fehérje g Zsír g T.Zsír g Szénhidrát g
		1,(6),(7)	1,3,7,(6),(8),(11)	1,7			

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!