



Heti étlap 2025.04.14. - 2025.04.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00120) Iskolás menü 7-10 éves					
		Citromos tea, Sertés párizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1)	Kakaó(7), Briós(3, 1, 7)	Gyümölcs tea, Zöldfűszeres vajkrém(7), Félbarna kenyér(1), Paradicsom		
		Energia: 272.17 Kcal / 1,137.67 KJ	Energia: 271.56 Kcal / 1,135.12 KJ	Energia: 322.78 Kcal / 1,349.22 KJ	Energia: Kcal / 0.00 KJ	Energia: Kcal / 0.00 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		7.94 g 10.58 g 2.87 g	10.97 g 6.87 g 3.33 g	6.59 g 6.52 g 2.91 g	g g g	g g g
Ebéd	(00120) Iskolás menü 7-10 éves	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		33.02 g 4.12 g 1.39 g	41.15 g 12.72 g 0.59 g	40.85 g 8.99 g 0.90 g	g g g	g g g
		1,(6),(7)	1,3,7	1,7		
		Magyaros karfiolleves(3,1), Gyros csirkemell(1), Steak burgonya fél adag, Friss saláta, Fokhagymás tejfölös öntet (7)	Meggyleves(1,7), Házi pizzaszelet sonkával kukoricával(1,	Paradicsom leves(3,1), Rántott csirkemell(3,1), Petrezselymes burgonya, Cékla saláta	Tavaszi szünet	Tavaszi szünet
Uzsonna	(00120) Iskolás menü 7-10 éves	Energia: 573.42 Kcal / 2,396.90 KJ	Energia: 346.01 Kcal / 1,446.32 KJ	Energia: 895.15 Kcal / 3,741.73 KJ	Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ	Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		26.23 g 28.35 g 10.07 g	15.25 g 11.16 g 4.76 g	38.21 g 26.55 g 3.22 g	0.00 g 0.00 g 0.00 g	0.00 g 0.00 g 0.00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		52.32 g 0.05 g 2.23 g	56.09 g 17.28 g 2.03 g	120.06 g 22.23 g 5.11 g	0.00 g 0.00 g 0.00 g	0.00 g 0.00 g 0.00 g
		1,3,7	1,7,(6)	1,3		
		Gépsonka, Margarin, Vizes zsemle(1), Zöldpaprika	Olasz felvágott, Margarin, Korpás zsemle(1), Uborka	Pick viaszos borjómájás, Teljes kiőrlésű zsemle(1), Jégretek		
		Energia: 181.95 Kcal / 760.55 KJ	Energia: 225.06 Kcal / 940.75 KJ	Energia: 289.11 Kcal / 1,208.48 KJ	Energia: Kcal / 0.00 KJ	Energia: Kcal / 0.00 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír	Fehérje Zsír T.Zsír
		6.97 g 6.07 g 1.19 g	8.29 g 10.85 g 3.03 g	6.51 g 5.04 g 2.06 g	g g g	g g g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		24.17 g 0.00 g 1.19 g	24.83 g 0.00 g 1.54 g	20.22 g 0.00 g 0.89 g	g g g	g g g
		1,(6),(7)	1,(6),(7)	1,(6),(7),(10)		

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!