

Heti étlap 2025.04.28. - 2025.05.02.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00120) Iskolás menü 7-10 éves					
		Tejeskávés(1,7), Vaj(7), Retro kifli(1)	Gyümölcs tea, Sertés párizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér(1)	Kakaó(7), Fatörzskifli		
		Energia: 204.49 Kcal / 854.77 KJ	Energia: 292.39 Kcal / 1,222.19 KJ	Energia: 254.55 Kcal / 1,064.02 KJ	Energia: Kcal / 0.00 KJ	Energia: Kcal / 0.00 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav 13.07 g 11.66 g 7.67 g Szénhidrát Cukor Só 56.51 g 7.99 g 0.96 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 7.94 g 10.58 g 2.87 g Szénhidrát Cukor Só 38.04 g 9.11 g 1.39 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 12.08 g 7.86 g 3.74 g Szénhidrát Cukor Só 43.85 g 7.25 g 0.27 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav g g g Szénhidrát Cukor Só g g g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav g g g Szénhidrát Cukor Só g g g
		1,7	1,(6),(7)	7,(1)		
Ebéd	(00120) Iskolás menü 7-10 éves					
		Csontleves tésztabetéttel(3,9,1), Rántott halrudacska sütőben, Rizi-bizi, Tartár mártás(10,3,7)	Tavaszi zöldségleves(3,9,1), Rakott kelkáposzta bulgurral(1,7), Túró rudi	Gombakrémleves(7), Zöldséges-csirkés tortilla, Alma	Munkaszüneti nap	Munkaszüneti nap
		Energia: 1,045.80 Kcal / 4,371.44 KJ	Energia: 659.23 Kcal / 2,755.58 KJ	Energia: 291.47 Kcal / 1,218.34 KJ	Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ	Energia: 0.00 Kcal / 0.00 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav 28.09 g 55.46 g 7.72 g Szénhidrát Cukor Só 129.08 g 1.12 g 3.83 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 27.88 g 38.58 g 12.85 g Szénhidrát Cukor Só 53.50 g 0.08 g 1.45 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 21.49 g 10.99 g 2.28 g Szénhidrát Cukor Só 18.83 g 0.19 g 0.72 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 0.00 g 0.00 g 0.00 g Szénhidrát Cukor Só 0.00 g 0.00 g 0.00 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 0.00 g 0.00 g 0.00 g Szénhidrát Cukor Só 0.00 g 0.00 g 0.00 g
		1,3,7,9,10,(12)	1,3,7,9	7		
Uzsonna	(00120) Iskolás menü 7-10 éves					
		Turista felvágott, Margarin, Korpás zsemle(1), Uborka	Pick viaszos borjúmájás, Vizes zsemle(1), Zöldpaprika	Húskrém, Teljes kiőrlésű zsemle(1), Lilahagyma		
		Energia: 190.13 Kcal / 794.74 KJ	Energia: 152.43 Kcal / 637.16 KJ	Energia: 415.56 Kcal / 1,737.04 KJ	Energia: Kcal / 0.00 KJ	Energia: Kcal / 0.00 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav 9.79 g 6.33 g 1.32 g Szénhidrát Cukor Só 24.81 g 0.00 g 0.70 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 5.92 g 6.01 g 2.30 g Szénhidrát Cukor Só 23.52 g 0.00 g 0.92 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav 8.07 g 15.39 g 5.46 g Szénhidrát Cukor Só 21.09 g 0.00 g 0.47 g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav g g g Szénhidrát Cukor Só g g g	Fehérje Zsír T.Zsír-sav g g g Szénhidrát Cukor Só g g g
		1,(6),(7)	1,(6),(7),(10)	1,(7)		

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!