Heti étlap 2025.05.12. - 2025.05.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
Tízórai	**(00120) Iskolás menü 7-10 éves**	Forralt tej[7], Kakaós csiga	Citromos tea, Főtt virsli, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Ketchup(1)	Gyümölcs tea, Körözött[7], Magvas kenyér[1], Paradicsom	Tejeskávé[1,7], Kalács[1,3,7]	Gyümölcs tea, Csirkemell sonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Uborka	Citromos tea, Trappista sajt[7,(1)], Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér[1], Kaliforniai paprika
		Energia: 354.24 Kcal / 1,480.72 Kj	Energia: 211.44 Kcal / 883.82 Kj	Energia: 265.86 Kcal / 1,111.29 Kj	Energia: 314.88 Kcal / 1,316.20 Kj	Energia: 259.00 Kcal / 1,082.62 Kj	Energia: 276.55 Kcal / 1,155.98 Kj
		Fehérje 10.60 g, Zsír 15.30 g, T.Zsírsav 1.63 g	Fehérje 5.86 g, Zsír 2.22 g, T.Zsírsav 0.36 g	Fehérje 11.33 g, Zsír 5.02 g, T.Zsírsav 0.82 g	Fehérje 11.39 g, Zsír 8.22 g, T.Zsírsav 3.13 g	Fehérje 8.44 g, Zsír 6.92 g, T.Zsírsav 1.31 g	Fehérje 10.44 g, Zsír 10.60 g, T.Zsírsav 3.83 g
		Szénhidrát 41.50 g, Cukor 0.00 g, Só 0.27 g	Szénhidrát 39.95 g, Cukor 11.32 g, Só 1.49 g	Szénhidrát 43.47 g, Cukor 8.99 g, Só 1.21 g	Szénhidrát 47.94 g, Cukor 11.89 g, Só 0.66 g	Szénhidrát 38.66 g, Cukor 9.19 g, Só 1.42 g	Szénhidrát 32.92 g, Cukor 4.44 g, Só 1.17 g
		7	1	1,7	1,3,7	1	1,7
Ebéd	**(00120) Iskolás menü 7-10 éves**	Zöldségleves[1,3,9], Kelkáposzta főzelék[1], Sertés pörkölt[1]	Gulyásleves[9,(1)], Tejbedara[1,7], Kakaó szórat(1), Alma	Szilvaleves[1,7], Rakott karfiol bulgurral[1,7]	Daragaluska leves[1,3], Tejfölös burgonyafőzelék[1,7], Vagdalt[1,3]	Paradicsom leves[1,3], Almás-sajtos csirkeragu[7,(1)], Bulgur[1]	Bácskai rizseshús, Csemege uborka édesítőszerrel[10], Kinder tejszelet[1,3,7]
		Energia: 567.55 Kcal / 2,372.36 Kj	Energia: 654.61 Kcal / 2,736.27 Kj	Energia: 606.90 Kcal / 2,536.84 Kj	Energia: 733.06 Kcal / 3,064.19 Kj	Energia: 540.06 Kcal / 2,257.45 Kj	Energia: 447.99 Kcal / 1,872.60 Kj
		Fehérje 29.15 g, Zsír 21.84 g, T.Zsírsav 3.85 g	Fehérje 27.20 g, Zsír 15.46 g, T.Zsírsav 4.75 g	Fehérje 23.07 g, Zsír 30.47 g, T.Zsírsav 9.85 g	Fehérje 21.37 g, Zsír 42.36 g, T.Zsírsav 9.40 g	Fehérje 30.08 g, Zsír 14.28 g, T.Zsírsav 2.73 g	Fehérje 21.71 g, Zsír 21.24 g, T.Zsírsav 5.61 g
		Szénhidrát 61.68 g, Cukor 0.07 g, Só 2.81 g	Szénhidrát 98.80 g, Cukor 32.54 g, Só 1.23 g	Szénhidrát 60.80 g, Cukor 9.99 g, Só 0.87 g	Szénhidrát 62.08 g, Cukor 2.85 g, Só 2.67 g	Szénhidrát 76.39 g, Cukor 11.12 g, Só 3.50 g	Szénhidrát 68.72 g, Cukor 10.69 g, Só 1.90 g
		1,3,9	1,7,9	1,7	1,3,7	1,3,7	1,3,7,10
Uzsonna	**(00120) Iskolás menü 7-10 éves**	Pick viaszos borjúmájas(1,6,7,10), Teljes kiőrlésű zsemle[1], Zöldpaprika	Snidlinges gomolya sajtkrém[7,(1)], Vizes zsemle[1], Uborka	Gépsonka(1,6,7), Margarin, Hosszú zsemle[1], Kaliforniai paprika	Téliszalámi(1,6,7), Margarin, Teljes kiőrlésű zsemle[1], Retek csomós	Kifli[1], Kockasajt[7,(1)], Alma	Perec
		Energia: 286.59 Kcal / 1,197.95 Kj	Energia: 187.48 Kcal / 783.67 Kj	Energia: 184.18 Kcal / 769.87 Kj	Energia: 347.00 Kcal / 1,450.46 Kj	Energia: 126.58 Kcal / 529.10 Kj	Energia: 202.20 Kcal / 845.20 Kj
		Fehérje 6.29 g, Zsír 5.03 g, T.Zsírsav 2.06 g	Fehérje 8.27 g, Zsír 6.14 g, T.Zsírsav 3.06 g	Fehérje 8.72 g, Zsír 7.06 g, T.Zsírsav 2.38 g	Fehérje 6.60 g, Zsír 9.22 g, T.Zsírsav 2.69 g	Fehérje 3.16 g, Zsír 6.20 g, T.Zsírsav 3.60 g	Fehérje 3.64 g, Zsír 12.44 g, T.Zsírsav 0.00 g
		Szénhidrát 19.84 g, Cukor 0.00 g, Só 0.86 g	Szénhidrát 23.95 g, Cukor 0.30 g, Só 0.81 g	Szénhidrát 21.46 g, Cukor 0.00 g, Só 1.45 g	Szénhidrát 19.66 g, Cukor 0.00 g, Só 0.96 g	Szénhidrát 13.90 g, Cukor 0.30 g, Só 0.30 g	Szénhidrát 17.28 g, Cukor 0.00 g, Só 0.00 g
		1,(6),(7),(10)	1,7	1,(6),(7)	1,(6),(7)	1,7	

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

Quadro Byte Zrt