



Heti étlap 2024.11.25. - 2024.11.29.

Heti étlap 2024.11.25. - 2024.11.29.																
		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00122) Középiskolás 15-18 év															
		Szalámis szendvics, Kaliforniai paprika, Belriso tejberizs, Alma			Pöttyös kakaó 0,2 l, Hot-dog ketchuppall, Körte			Rántott halrudak tortillában, jégsaláta, majonéz, Banán			Vagdaltas szendvics csemege uborkával, Pöttyös túró rudi, Mandarin			Grill csirkés szendvics kígyóuborkával, Kinder tejszelet, Dobozos üdítő 0,2 l		
		Energia: 893.03 Kcal / 3,732.87 KJ			Energia: 723.55 Kcal / 3,024.44 KJ			Energia: 1,421.90 Kcal / 5,943.54 KJ			Energia: 694.47 Kcal / 2,902.88 KJ			Energia: 686.83 Kcal / 2,870.95 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		35.79 g	35.13 g	10.21 g	28.01 g	44.58 g	11.14 g	34.63 g	92.42 g	12.22 g	33.63 g	29.40 g	6.51 g	27.27 g	39.21 g	6.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		108.15 g	6.99 g	3.50 g	50.95 g	0.63 g	3.11 g	144.00 g	5.20 g	6.46 g	70.20 g	5.04 g	4.39 g	59.56 g	1.68 g	4.43 g
		1,3,7,9			1,3,7,(6),(10)			1,3,7,10,(12)			1,7,9			3,7,10,(1)		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!