






Heti étlap 2024.05.13. - 2024.05.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00482) Iskola alsó	Tej 1,5% , Túrós táska	Vadmálna gyümölcsstea, Teljes kiőrlésű fahéjas csiga	Tejeskávé , Kakaós kifli	Tej 1,5% , Ökör szem 60g	Vadmeggy gyümölcsstea , Teljes kiőrl. kifli, Medve Sajti Pajti mozzarella tekercs
		Energia: 273.34 Kcal / 1,142.56 KJ	Energia: 277.96 Kcal / 1,161.87 KJ	Energia: 320.26 Kcal / 1,338.69 KJ	Energia: 213.54 Kcal / 892.60 KJ	Energia: 240.59 Kcal / 1,005.67 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00482) Iskola alsó	Tárkonyos raguleves, Pestos tészta (masni tésztával)	Reszelttészta leves, Zöldbabfőzelék, Stefánia Vagdalt	Sajtkrém leves , Bácskai rizseshús, Friss Uborka saláta	Zöldborsó leves , Harcsapaprikás, Galuska	Tyúkerőleves, Natur csirkemell , Meggymártás, Főtt burgonya
		Energia: 695.41 Kcal / 2,906.81 KJ	Energia: 739.75 Kcal / 3,092.16 KJ	Energia: 527.30 Kcal / 2,204.11 KJ	Energia: 555.59 Kcal / 2,322.37 KJ	Energia: 683.73 Kcal / 2,857.99 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(00482) Iskola alsó					

Heti étlap 2024.05.13. - 2024.05.17.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Uzsonna	(00482) Iskola alsó	Tk sokmagvas császárzsemle, Kenőmájás, Kápia paprika			Teljes kiőrlésű zsemle, Házi kolbászos szendvicskrém, Tv-paprika			Korpás zsemle, Flóra margarin, Trappista sajt szelet			Teljes kiőrlésű magos baguette , Margarin, Borjúpárizsi, Alma			Korpás baguette, Vajkrém, Banán		
		Energia: 176.65 Kcal / 738.40 KJ			Energia: 134.10 Kcal / 560.54 KJ			Energia: 355.14 Kcal / 1,484.49 KJ			Energia: 315.76 Kcal / 1,319.88 KJ			Energia: 314.55 Kcal / 1,314.82 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		10.59 g	1.52 g	0.28 g	4.44 g	1.26 g	0.22 g	13.01 g	5.88 g	4.20 g	9.36 g	12.39 g	3.24 g	6.50 g	2.61 g	0.55 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	32.96 g	0.00 g	0.77 g	24.60 g	0.85 g	0.64 g	53.01 g	0.51 g	1.68 g	40.05 g	0.90 g	2.22 g	65.99 g	22.09 g	1.27 g	
																

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Deákné Németh Györgyi
Élelmezésvezető

Dr.Petyi Beáta
Intézményvezető

