

Heti étlap 2019.12.16. - 2019.12.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00483) Gyermekek (7-10 év)3x	Tojáskrém/7-10év/, Zsemle tel. kiőrl.reform/60g-, Lilahagyma -	Zsemle vizes 55g -, Tonhalkrém-, Paradicsom -	Körözött túró -, Zsemle tel. kiőrl.reform/60g-, Kígyóuborka kg -	Kakaós foszlós kalács 250g -	Karamell /7-10év/, Zsemle tel. kiőrl.reform/60g-, Delma vajízú marg.39%zsír t.-, Szezámag-, Sonkaszalámi -, Kápia paprika kg -
		Energia: 256,78 Kcal / 1 073,34 KJ	Energia: 198,13 Kcal / 828,18 KJ	Energia: 235,73 Kcal / 985,35 KJ	Energia: 503,93 Kcal / 2 106,43 KJ	Energia: 419,61 Kcal / 1 753,97 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír/sav 9,71 g 7,28 g 2,43 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 7,99 g 3,94 g 1,13 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 9,74 g 5,41 g 2,31 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 14,74 g 13,15 g 5,41 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 19,61 g 11,45 g 4,19 g
		Szénhidrát Cukor Só 36,60 g 0,42 g 1,28 g	Szénhidrát Cukor Só 32,42 g 0,00 g 0,89 g	Szénhidrát Cukor Só 34,55 g 0,17 g 1,61 g	Szénhidrát Cukor Só 81,07 g 8,74 g 0,00 g	Szénhidrát Cukor Só 58,86 g 10,71 g 1,78 g
Ebéd	(00483) Gyermekek (7-10 év)3x	Májgaluska leves mir.zöld+ isk, Párizsi csirkemell/7-10év/, Egresmártás mir.*/7-10év/	Szárzabableves /7-10év/, Tejfölös sertésszel./7- 10év/, Bulgur köret/7- 10év/, Alma-	Pírtott tészta leves /7- 10év/, Rakott kelkáposzta/7-10év/, Félbarna kenyér -, Körte -	Csirkeragulev.Eg.csir./7- 10év/, Mogorókr.gombóc mir/7-10/, Narancs -	Gyüm.lev.bef.+mir/7- 10év/, Pan.halrud sütőb./7- 10év/, Burgonyapüré/7- 10év/
		Energia: 658,38 Kcal / 2 752,03 KJ	Energia: 741,48 Kcal / 3 099,39 KJ	Energia: 649,08 Kcal / 2 713,15 KJ	Energia: 549,15 Kcal / 2 295,45 KJ	Energia: 657,98 Kcal / 2 750,36 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír/sav 39,03 g 20,25 g 4,03 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 39,10 g 25,76 g 5,91 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 33,18 g 25,31 g 7,45 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 21,33 g 22,40 g 3,21 g	Fehérje Zsír T.Zsír/sav 23,25 g 21,53 g 6,52 g
		Szénhidrát Cukor Só 78,20 g 32,65 g 4,37 g	Szénhidrát Cukor Só 91,05 g 0,05 g 3,63 g	Szénhidrát Cukor Só 70,49 g 0,39 g 2,55 g	Szénhidrát Cukor Só 64,14 g 5,00 g 2,07 g	Szénhidrát Cukor Só 91,52 g 17,61 g 2,57 g
Uzsonna	(00483) Gyermekek (7-10 év)3x					





Heti étlap 2019.12.16. - 2019.12.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00483) Gyermek (7-10 év)3x	Karamell /7-10év/, Tej, kiórl. pizzás csiga 50gr, Narancs -	Kakaó /7-10év/, Tej.őrl.túrós táska 50gr -	Alm.fah.zabp.süt./7- 10év/, Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT-	Tejeskávé /7-10év/, Tej.őrl.Gabon. for.szel.keny., Sajtkrém, nat./sajtm.kg-os/-, Retek /SÖR/ kg -	Szaloncukor -, Banán -
		Energia: 397,15 Kcal / 1 660,09 Kj	Energia: 331,76 Kcal / 1 386,76 Kj	Energia: 394,21 Kcal / 1 647,80 Kj	Energia: 267,85 Kcal / 1 119,61 Kj	Energia: 311,20 Kcal / 1 300,82 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		12,13 g 16,85 g 5,44 g	11,65 g 13,95 g 5,01 g	11,08 g 22,47 g 5,42 g	12,13 g 8,37 g 4,62 g	1,10 g 0,14 g 0,00 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
47,87 g 9,99 g 1,48 g	39,51 g 14,99 g 0,66 g	36,37 g 9,22 g 0,44 g	35,79 g 13,11 g 1,13 g	74,32 g 0,00 g 0,04 g		

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

