

Heti étlap 2020.02.10. - 2020.02.14.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00483) Gyermek (7-10 év)3x	Fánk/ízes, csokis, stb/ 50g -	Padlizsánkrém /7-10év/, Telj. őrl.stangli 45g -	Tojáskrém/7-10év/, Zsemle vizes 55g -, Lilahagyma -	Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT-, Zsemle vizes 55g -, Vajkrém,nat.kg39%zsírt. 18%ÁFA, Paradicsom -	Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT-, Zsemle tel. kiörl.reform/60g-, Delma vajjú marg.39%zsír t.-, Csem.vast.kolbász szel.-, Kápia paprika kg -
		Energia: 257,18 Kcal / 1 075,01 KJ	Energia: 191,72 Kcal / 801,39 KJ	Energia: 225,65 Kcal / 943,22 KJ	Energia: 305,94 Kcal / 1 278,83 KJ	Energia: 390,89 Kcal / 1 633,92 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 3,80 g 12,30 g 0,00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 4,90 g 6,06 g 1,16 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 9,04 g 6,14 g 2,00 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 12,46 g 9,42 g 4,68 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 16,35 g 15,38 g 5,62 g
		Szénhidrát Cukor Só 30,90 g 0,00 g 0,00 g	Szénhidrát Cukor Só 27,94 g 0,13 g 0,79 g	Szénhidrát Cukor Só 34,29 g 0,25 g 1,44 g	Szénhidrát Cukor Só 42,48 g 0,00 g 1,12 g	Szénhidrát Cukor Só 46,14 g 0,67 g 1,06 g
Ebéd	(00483) Gyermek (7-10 év)3x	Rizsleves /7-10év/, Sert.sült egyben sütve/7- 10év/, Paradicsom mártás/7-10év/, Burgonya sós félad./7-10év/, Főtt tojás/7-10év/, Félbarna kenyér -, Alma-	Tejfő.gombaleves/konz/7- 10év/, Burgonyapüré/7- 10év/, Panír.halrudak/köztes/mir. -, Túró Rudi közétk.30g 27%ÁFA, Narancs -	Csontleves s csontból./7- 10év/, Vagdalt pog.sütőben/7-10év/, Lencsefőzelék /7-10év/, Mandarin -	Vitaminleves/7-10év/, Pásztor tarhonya/7-10év/, Csemege uborka -, Körte -	Jókai bableves /7-10év/, Túrógombóc*mir.*/7- 10év/, Banán -
		Energia: 725,74 Kcal / 3 033,59 KJ	Energia: 735,84 Kcal / 3 075,81 KJ	Energia: 689,17 Kcal / 2 880,73 KJ	Energia: 569,26 Kcal / 2 379,51 KJ	Energia: 785,63 Kcal / 3 283,93 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 32,08 g 27,21 g 5,33 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 26,30 g 30,04 g 11,73 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 43,26 g 23,75 g 5,67 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 32,80 g 18,64 g 2,03 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 18,14 g 27,02 g 7,53 g
		Szénhidrát Cukor Só 86,28 g 20,37 g 4,67 g	Szénhidrát Cukor Só 88,18 g 11,90 g 3,04 g	Szénhidrát Cukor Só 74,09 g 3,03 g 3,38 g	Szénhidrát Cukor Só 66,61 g 0,56 g 4,25 g	Szénhidrát Cukor Só 116,22 g 18,20 g 3,57 g





Heti étlap 2020.02.10. - 2020.02.14.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Uzsonna	(00483) Gyermekek (7-10 év)3x	Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT-, Tej.őrl.Gabon. for.szel.keny., Delma vajjú marg.39%zsír t.-, Sonkaszalámi -, Főtt tojás/7-10év/, Szezám-mag-, Kápia paprika kg -	Karamell /7-10év/, Tej. kiőrl. pizzás csiga 50gr	Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT- Alm.fah.zabp.süt./7-10év/	Kakaó /7-10év/ Tej.őrl.túrós táská 50gr -	Tej. őrl.stangli 45g - Gyümölcsízű joghurt 110g -										
		Energia: 337,27 Kcal / 1 409,79 KJ	Energia: 347,45 Kcal / 1 452,34 KJ	Energia: 394,21 Kcal / 1 647,80 KJ	Energia: 331,76 Kcal / 1 386,76 KJ	Energia: 216,94 Kcal / 906,81 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
		21,26 g	14,47 g	4,48 g	11,41 g	16,61 g	5,44 g	11,08 g	22,47 g	5,42 g	11,65 g	13,95 g	5,01 g	7,14 g	3,94 g	1,98 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
32,12 g	0,55 g	1,56 g	37,67 g	9,99 g	1,47 g	36,37 g	9,22 g	0,44 g	39,51 g	14,99 g	0,66 g	36,23 g	6,63 g	0,78 g		

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietaetikus

.....
Gazdaságvezet

