

Heti étlap 2020.02.17. - 2020.02.21.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Tízórai	(00483) Gyermek (7-10 év)3x	Zsemle tel. kiórl.reform/60g-, Kenőmájás -, Kápia paprika kg -	Zsemle tel. kiórl.reform/60g-, Delma vajzú marg.39%zsír t.-, Csem.vast.kolbász szel.-, Kígyóborka kg -	Zsemle vizes 55g -, Körözött túró -, Lilahagyma -	Zsemle vizes 55g -, Vajkrém,nat.kg39%zsírt. 18%ÁFA, Sajt /trappista/-, Kígyóborka kg -	Tejeskávét /7-10év/, Padlizsánkrém /7-10év/, Telj. őrl.stangli 45g -										
		Energia: 247,66 Kcal / 1 035,22 KJ	Energia: 315,01 Kcal / 1 316,74 KJ	Energia: 191,93 Kcal / 802,27 KJ	Energia: 262,23 Kcal / 1 096,12 KJ	Energia: 330,26 Kcal / 1 380,49 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		9,29 g	7,15 g	3,10 g	10,37 g	14,60 g	4,79 g	7,84 g	2,98 g	1,30 g	11,07 g	10,02 g	5,64 g	11,73 g	9,06 g	2,79 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
34,05 g	0,17 g	1,24 g	34,99 g	0,67 g	0,80 g	33,18 g	0,00 g	1,46 g	31,64 g	0,00 g	1,35 g	48,83 g	10,12 g	1,06 g		
Ebéd	(00483) Gyermek (7-10 év)3x	Májgal.lev.friss zöld./7-10év/, Zöldborsófőz.*mir.*7-10év/, Vagdalt natúr sütőbe sült, Telj.őrl.Gabon. for.szel.keny., Mandarin -	Csokonai leves/7-10év/, Mákos metélt/7-10év/, Alma-	Magyaros burg.leves/7-10év/-, Rakott karfiol *mir.*7-10év-, Narancs -	Pirított tészta leves /7-10év/, Tejsz.gomb.csir.mellto/7-10év/, Tésztaköret DURUM/7-10év/, Káposzta saláta/7-10év/, Banán -	Lencselev.zöldséges/7-10év/, Brassói aprópecsenye/7-10év/, Burgonya sós 200 g 7-10év-, Narancs -										
		Energia: 673,72 Kcal / 2 816,15 KJ	Energia: 759,93 Kcal / 3 176,51 KJ	Energia: 539,99 Kcal / 2 257,16 KJ	Energia: 739,61 Kcal / 3 091,57 KJ	Energia: 577,22 Kcal / 2 412,78 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		25,71 g	27,65 g	5,92 g	30,23 g	24,72 g	5,96 g	27,80 g	22,42 g	6,03 g	35,82 g	16,89 g	2,85 g	34,55 g	19,71 g	4,20 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
79,72 g	8,93 g	4,13 g	102,96 g	21,60 g	1,25 g	55,12 g	0,22 g	2,04 g	109,79 g	11,20 g	3,14 g	64,06 g	0,16 g	5,55 g		





Heti étlap 2020.02.17. - 2020.02.21.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Uzsonna	(00483) Gyermek (7-10 év)3x	Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT-, Telj. ő. kakaós csiga 50g -	Karamell /7-10év/, Sajt kocka 8 cik.200g Ca dús18, Kifli sós 44gr	Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT-, Vajas pogácsa 50gr -, Náp. szel. Mandol.30gr 27%ÁFA-	Tej 1/1, 1,5%zs.t. UHT-, Telj.őr.l.Gabon. for.szel.keny., Delma vajízú marg.39%zsír t., Lekvárok -	Krémtúró, vanil. mazs. 90gr-, Sajtós stangli 60gr -										
		Energia: 314,72 Kcal / 1 315,53 KJ	Energia: 209,39 Kcal / 875,25 KJ	Energia: 841,82 Kcal / 3 518,81 KJ	Energia: 277,86 Kcal / 1 161,45 KJ	Energia: 411,12 Kcal / 1 718,48 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		13,18 g	7,83 g	3,89 g	16,03 g	9,98 g	5,48 g	16,38 g	46,68 g	28,39 g	11,97 g	10,08 g	3,37 g	17,79 g	13,73 g	7,43 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
46,88 g	8,95 g	0,69 g	45,62 g	9,99 g	1,27 g	87,47 g	25,29 g	1,21 g	38,48 g	5,75 g	0,83 g	52,39 g	8,97 g	0,97 g		

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

