

































Heti étlap 2016.09.05. - 2016.09.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(03702) Iskola IV.Menü Plussz alsó	Forralt tej , Margarin, Méz, Zsemle	Meggyes tea, Margarin, Zala felvágott, Piros retek, Teljes kiőrlésű kenyér	Tejeskávé, Vaj, Kifli magos, Paprika	Citromos tea , Margarin, Trappista sajt, Sárgarépa csomós, Teljes kiőrlésű kenyér	Forralt tej , Margarin, Kalács
		Energia: 305,56 Kcal / 1 277,24 KJ	Energia: 241,76 Kcal / 1 010,56 KJ	Energia: 394,33 Kcal / 1 648,30 KJ	Energia: 261,20 Kcal / 1 091,82 KJ	Energia: 350,74 Kcal / 1 466,09 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
		12,04 g 7,60 g 1,63 g	8,30 g 10,18 g 2,91 g	12,26 g 16,39 g 4,77 g	12,69 g 13,44 g 7,16 g	13,67 g 11,31 g 1,63 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(03702) Iskola IV.Menü Plussz alsó	Sertéssült (10dkg), Alma, Kefíres burgonyafőzelék, Zöldséges lebbencsleves , Félbarna kenyér	Zellerkrémleves , Mézes-mustáros csirkeragu , Párolt rizs, Görögdinnye, Pirított kiflikarika	Tojásleves , Zöldborsófőzelék , Pulykamell szelet 1 szel isi, Túró rudi, Félbarna kenyér	Csontleves , Levestésztabetét cérnametölt , Vadas csirkemell , Spagetti , Körte	Csirkebecsináltleves (6dkg), Gyümölcsrizs , Félbarna kenyér
		Energia: 610,24 Kcal / 2 550,80 KJ	Energia: 698,45 Kcal / 2 919,52 KJ	Energia: 518,35 Kcal / 2 166,70 KJ	Energia: 801,28 Kcal / 3 349,35 KJ	Energia: 527,20 Kcal / 2 203,70 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
		32,37 g 18,91 g 4,17 g	29,52 g 15,69 g 3,43 g	38,68 g 18,69 g 4,97 g	33,59 g 17,62 g 2,50 g	26,48 g 10,37 g 2,76 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(03702) Iskola IV.Menü Plussz alsó	Baromfipárizsi, Margarin, Kígyóuborka, Teljes kiőrlésű kenyér	Zöldhagymás túrókrém, Zöldpaprika, Hideg tej, Zsemle	Ivólé 50%, Házi csirkemájaskrém, Teljeskiőrlésű kenyér , Újbagyoma	Padlizsán krém , Paradicsom, Félbarna kenyér, Hideg tej	Ivólé, Csirkemell sonka, Margarin, Teljeskiőrlésű kenyér , Retek DB
		Energia: 285,01 Kcal / 1 191,34 KJ	Energia: 337,50 Kcal / 1 410,75 KJ	Energia: 361,47 Kcal / 1 510,94 KJ	Energia: 173,04 Kcal / 723,31 KJ	Energia: 352,57 Kcal / 1 473,74 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
		12,45 g 10,87 g 1,62 g	18,76 g 9,90 g 4,99 g	10,52 g 3,15 g 0,46 g	8,97 g 5,92 g 3,06 g	15,73 g 3,23 g 0,21 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só





Heti étlap 2016.09.05. - 2016.09.09.

	34,34 g	0,00 g	0,71 g	45,45 g	0,00 g	0,62 g	72,31 g	0,00 g	0,55 g	20,96 g	0,00 g	0,26 g	64,65 g	0,00 g	0,82 g
	  	 	 	 	 	 	 	 	 	 	 	 	 	 	 

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

.....
Élelmezési oszt. vezető

.....
Vezető dietetikus

.....
Gazdaságvezető