



Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00016) Iskola Felső Pécel	Margarin, Málnás tea, Soproni felvágott, Paradicsom, Félbarna kenyér	Tejeskávé , Sajtos rúd	Margarin, Citromos tea , Baromfi párizsi, Teljes kiőrlésű kenyér	Margarin, Forralt tej , Méz , Félbarna kenyér	Erdei gyümölcsstea, Teljes kiőrlésű kenyér, Magyaros vajkrém, Retek
		Energia: 280,58 Kcal / 1 172,82 KJ	Energia: 249,45 Kcal / 1 042,70 KJ	Energia: 240,84 Kcal / 1 006,71 KJ	Energia: 298,45 Kcal / 1 247,52 KJ	Energia: 336,43 Kcal / 1 406,28 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		9,63 g10,06 g3,49 g	12,29 g5,60 g1,92 g	10,02 g5,69 g1,38 g	11,88 g3,76 g0,47 g	7,08 g12,02 g0,12 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	(00016) Iskola Felső Pécel	Palócleves, Teljes kiőrlésű kenyér , Szilvalekváros gombóc	Erőleves , Csigatészta, Sült sertésszelet, Burgonya főzelék , Teljes kiőrlésű kenyér	Májgaluska leves , Káposztás kocka , Alma	Daragaluska leves , Baromfi vagdalt, Zöldborsófőzelék , Teljes kiőrlésű kenyér	Zellerkrémleves , Csikós tokány , Párolt rizsköret
		Energia: 578,13 Kcal / 2 416,58 KJ	Energia: 498,96 Kcal / 2 085,65 KJ	Energia: 564,34 Kcal / 2 358,94 KJ	Energia: 596,73 Kcal / 2 494,33 KJ	Energia: 695,78 Kcal / 2 908,36 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		16,29 g6,70 g1,58 g	22,48 g15,62 g3,85 g	31,70 g8,74 g1,63 g	29,82 g27,36 g4,97 g	22,42 g28,29 g8,82 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Uzsonna	(00016) Iskola Felső Pécel	Vaníliás túrókrém , Zsemle	Rágórépa, Vajkrém, Zsemle	Sonka krém , Zsemle	Házi csirkemájaskrém , Zsemle, Paprika	Kifli, Gyümölcs joghurt
		Energia: 208,06 Kcal / 869,69 KJ	Energia: 271,01 Kcal / 1 132,82 KJ	Energia: 263,26 Kcal / 1 100,43 KJ	Energia: 218,94 Kcal / 915,17 KJ	Energia: 203,22 Kcal / 849,46 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		10,26 g2,70 g1,14 g	6,51 g12,66 g5,81 g	9,48 g11,58 g5,73 g	10,60 g4,12 g0,69 g	6,86 g3,21 g3,13 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó





Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.						
		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00016) Iskola Felső Pécel	 	 	  	 	 

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

