



Heti étlap 2025.04.14. - 2025.04.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök
Tízórai	(00016) Iskola Felső Pécel	Mézes tea, Túrókrém, Teljes kiőrlésű kenyér	Kakaó, Margarin, Foszlós kalács	Erdei gyümölcs tea, Magyaros vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom	Citromos tea , Főtt virsli , Ketchup, Teljes kiőrlésű kenyér
		Energia: 268,60 Kcal / 1 122,75 KJ	Energia: 203,30 Kcal / 849,79 KJ	Energia: 333,39 Kcal / 1 393,57 KJ	Energia: 335,26 Kcal / 1 401,39 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		10,72 g 2,99 g 1,26 g	9,49 g 5,53 g 1,38 g	6,59 g 12,01 g 0,13 g	15,06 g 10,32 g 2,56 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00016) Iskola Felső Pécel	Húsos zöldborsóleves , Tejbedara , Fahéjas szórat , Alma	Citromos almaleves , Bácskai rizseshús , Savanyúság	Zellerkrémleves , Pirított zsemlekocka, Parajos penne sertéshússal, Reszelt sajt	Korpagaluska leves , Fasírt golyók, Sárgaborsó főzelék , Félbarna kenyér
		Energia: 477,42 Kcal / 1 995,62 KJ	Energia: 666,87 Kcal / 2 787,52 KJ	Energia: 838,59 Kcal / 3 505,31 KJ	Energia: 529,69 Kcal / 2 214,10 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		18,67 g 7,50 g 0,86 g	22,02 g 25,29 g 7,86 g	34,07 g 35,00 g 11,91 g	27,08 g 19,35 g 5,28 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Tízórai	(00016) Iskola Felső Pécel	48,55 g 16,20 g 0,91 g	29,26 g 4,34 g 0,24 g	49,11 g 14,99 g 0,91 g	44,07 g 8,22 g 2,16 g





Heti étlap 2025.04.14. - 2025.04.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök								
Uzsonna	(00016) Iskola Felső Pécel	Kocka sajt, Kifli, Paprika	Sonkakrém , Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom	Burgonyás pogácsa	Trappista sajt, Margarin, Császárszemle, Rágórépa								
		Energia: 161,09 Kcal / 673,36 Kj		Energia: 256,42 Kcal / 1 071,84 Kj	Energia: 218,06 Kcal / 911,49 Kj	Energia: 245,22 Kcal / 1 025,02 Kj							
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		5,40 g	3,20 g	1,00 g	8,72 g	9,50 g	4,71 g	4,55 g	10,40 g	0,00 g	12,81 g	8,96 g	5,41 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		26,88 g	0,00 g	0,46 g	32,83 g	0,00 g	1,15 g	24,80 g	0,00 g	0,60 g	27,99 g	0,00 g	0,46 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

