



Heti étlap 2025.04.14. - 2025.04.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök
Tízórai	(00164) Tojásmentes	Mézes tea 0,2, Túrókrém 0,03, Teljes kiőrlésű kenyér 6 dkg	Kakaó 0,2, Bécsi felvágott 0,03, Margarin 0,01, Zsemle 1 db	Erdei gyümölcs tea 0,2, Magyaros vajkrém 0,03, Teljes kiőrlésű kenyér 6 dkg, Paradicsom	Citromos tea 0,2, Főtt virsli 1 db, Ketchup, Teljes kiőrlésű kenyér 6 dkg
		Energia: 268,60 Kcal / 1 122,75 KJ	Energia: 264,36 Kcal / 1 105,02 KJ	Energia: 335,58 Kcal / 1 402,72 KJ	Energia: 324,40 Kcal / 1 355,99 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		10,72 g 2,99 g 1,26 g	18,04 g 16,39 g 5,38 g	6,69 g 12,03 g 0,14 g	14,85 g 10,28 g 2,56 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00164) Tojásmentes	Görög csirkeraguleves TM 0,3, Tejbedara TM 0,3, Kakaószórat 0,02	Magyaros karfiolleves TM 0,25, Milánói spagetti 0,25, Gesztenyerúd	Zöldségkrémleves TM 0,25, Pirított napraforgó, Rántott halrud 3 db, Párolt bulgur 0,25	Magyaros gombaleves 0,25, Pulykasült , Vegyesfőzelék TM 0,25, Körte 1 db
		Energia: 592,82 Kcal / 2 477,99 KJ	Energia: 721,26 Kcal / 3 014,87 KJ	Energia: 755,16 Kcal / 3 156,57 KJ	Energia: 470,68 Kcal / 1 967,44 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		20,78 g 15,13 g 2,31 g	25,25 g 28,96 g 5,74 g	24,05 g 43,54 g 2,22 g	21,58 g 12,66 g 2,29 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(00164) Tojásmentes	Kocka sajt 1 db, Kifli 1db, Paprika	Sonkakrém 0,03 , Teljes kiőrlésű kenyér 6 dkg, Paradicsom	Zala felvágott TM 0,03, Margarin 0,01, Zsemle 1 db	Trappista sajt, Margarin 0,01, Zsemle 1 db, Rágórépa 0,04
		Energia: 163,05 Kcal / 681,55 KJ	Energia: 258,61 Kcal / 1 080,99 KJ	Energia: 196,48 Kcal / 821,29 KJ	Energia: 273,34 Kcal / 1 142,56 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		5,52 g 3,23 g 1,00 g	8,82 g 9,52 g 4,72 g	10,05 g 3,91 g 1,36 g	14,19 g 9,19 g 5,39 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só





Heti étlap 2025.04.14. - 2025.04.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök
Uzsonna	(00164) Tojásmentes	 	  		 

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

