



Heti étlap 2025.06.02. - 2025.06.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00016) Iskola Felső Pécel	Citromos tea , Margarin, Sajtos párizsi, Teljes kiőrlésű kenyér, Kígyóborka	Karamell , Vaj, TK. Kifli	Gyümölcs tea, Napraforgómagvas vajkrém , Falusi kenyér , Újhagyma	Hideg tej, Csokis gabonagolyó	Gyümölcs tea, Szendvicsskrém, Falusi kenyér , Paprika
		Energia: 247,13 Kcal / 1 033,00 KJ	Energia: 403,87 Kcal / 1 688,18 KJ	Energia: 187,23 Kcal / 782,62 KJ	Energia: 210,95 Kcal / 881,77 KJ	Energia: 181,30 Kcal / 757,83 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		9,44 g 6,57 g 1,81 g	11,36 g 17,35 g 7,20 g	1,34 g 12,51 g 5,80 g	8,70 g 4,35 g 0,43 g	1,13 g 12,10 g 5,80 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00016) Iskola Felső Pécel	Zöldborsóleves , Bácskai rizseshús , Savanyúság	Csontleves , Cétnametélt , Fokhagymás sertésragu, Sárgaborsó főzelék , Félbarna kenyér	Zöldségkrémleves , Levesgyöngy , Édes- savanyú csirkeragu, Párolt rizsköret , Alma	Magyaros burgonyaleves , Tökfőzelék, Vagdalt , Félbarna kenyér	Gulyásleves , Főtt tészta, Tehéntúró félzsíros, Tejföl, Teljes kiőrlésű kenyér, Alma
		Energia: 625,56 Kcal / 2 614,84 KJ	Energia: 539,20 Kcal / 2 253,86 KJ	Energia: 621,38 Kcal / 2 597,37 KJ	Energia: 547,32 Kcal / 2 287,80 KJ	Energia: 646,13 Kcal / 2 700,82 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		24,12 g 24,20 g 6,78 g	26,83 g 22,29 g 5,85 g	20,45 g 16,72 g 3,51 g	19,80 g 25,64 g 7,65 g	23,06 g 13,16 g 3,42 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Tízórai	(00016) Iskola Felső Pécel	36,29 g 4,02 g 1,44 g	50,55 g 11,99 g 0,54 g	17,52 g 14,99 g 0,02 g	35,20 g 0,99 g 0,00 g	16,65 g 14,99 g 0,00 g
		  	 	 	    	 



Heti étlap 2025.06.02. - 2025.06.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Uzsonna	(00016) Iskola Felső Pécel	Szendvicskrém, Zsemle , Rágórépa	Házi sertéshúskrém , Félbarna kenyér, Paprika	Vaníliás túrókrém , Teljes kiőrlésű kenyér	Margarin, Fokhagymás felvágott, Tk. zsemle , Jégcsapretek	Gyümölcs joghurt, Kifli										
		Energia: 271,01 Kcal / 1 132,82 KJ	Energia: 243,01 Kcal / 1 015,78 KJ	Energia: 221,46 Kcal / 925,70 KJ	Energia: 256,67 Kcal / 1 072,88 KJ	Energia: 203,22 Kcal / 849,46 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		6,51 g	12,66 g	5,81 g	10,23 g	6,95 g	2,09 g	10,38 g	2,94 g	1,26 g	9,55 g	9,81 g	3,12 g	6,86 g	3,21 g	3,13 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		34,63 g	0,00 g	0,78 g	34,59 g	0,00 g	2,06 g	37,31 g	5,00 g	0,91 g	31,53 g	0,00 g	1,46 g	36,28 g	12,99 g	0,49 g
		 			 			 			 			 		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!