



Heti étlap 2024.05.13. - 2024.05.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00016) Iskola Felső Pécel	Gyümölcs tea, Margarin, Sertéspárizsi, Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcs tea, Tojáskrém , Félbarna kenyér	Gyümölcs tea, Margarin, Mexicói felvágott, Teljes kiőrlésű kenyér	Forralt tej , Margarin, Lekvár, Teljes kiőrlésű kenyér	Citromos tea , Zelleres vajkrém , Teljes kiőrlésű kenyér
		Energia: 288,76 Kcal / 1 207,02 KJ	Energia: 242,15 Kcal / 1 012,19 KJ	Energia: 276,30 Kcal / 1 154,93 KJ	Energia: 288,89 Kcal / 1 207,56 KJ	Energia: 290,94 Kcal / 1 216,13 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		9,08 g 6,68 g 1,84 g	7,02 g 2,15 g 0,37 g	8,64 g 5,40 g 1,81 g	12,27 g 4,00 g 0,59 g	6,39 g 12,87 g 5,92 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00016) Iskola Felső Pécel	Zöldséges lebbencsleves 0,25, Sertés pörkölt , Burgonya főzelék , Félbarna kenyér	Kolbászos bableves, Tejbedara , Fahéjas szórát , Teljes kiőrlésű kenyér , Alma	Vajgaluska leves , Dixi vagdalt, Tökfőzelék, Félbarna kenyér	Magyaros karfiolleves , Vadas csirkeragu , Spagetti	Ivólé, Bácskai rizseshús , Mongol saláta
		Energia: 744,94 Kcal / 3 113,85 KJ	Energia: 653,43 Kcal / 2 731,34 KJ	Energia: 543,48 Kcal / 2 271,75 KJ	Energia: 637,04 Kcal / 2 662,83 KJ	Energia: 649,46 Kcal / 2 714,74 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		28,45 g 35,88 g 11,40 g	25,10 g 20,18 g 5,26 g	22,07 g 17,07 g 5,30 g	31,15 g 15,90 g 2,38 g	19,15 g 17,69 g 5,46 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(00016) Iskola Felső Pécel	Körözött , Kígyóuborka, Zsemle	Margarin, Zala felvágott, Zsemle	Kolbászkrem , Félbarna kenyér, Paradicsom	Sonka felvágott, Margarin, Zsemle, Paradicsom	Kifli, Gyümölcs joghurt
		Energia: 199,21 Kcal / 832,70 KJ	Energia: 196,48 Kcal / 821,29 KJ	Energia: 276,83 Kcal / 1 157,15 KJ	Energia: 200,32 Kcal / 837,34 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
		10,76 g 3,24 g 1,39 g	10,05 g 3,91 g 1,36 g	7,79 g 12,06 g 6,36 g	11,10 g 3,52 g 0,05 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





Heti étlap 2024.05.13. - 2024.05.17.

	33,76 g	0,00 g	0,71 g	32,35 g	0,00 g	1,33 g	34,12 g	0,00 g	0,61 g	32,89 g	0,00 g	1,45 g	36,28 g	12,99 g	0,49 g
	 						  			  			 		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

