



Heti étlap 2025.05.19. - 2025.05.23.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00016) Iskola Felső Pécel	Citromos tea , Szendvicskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Kígyóborka	Karamell , Vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcs tea, Kenőmájas, Teljes kiőrlésű kenyér	Hideg tej, Csokis gabonagolyó	Citromos tea , Tojáskrém , Teljes kiőrlésű kenyér, Paprika
		Energia: 293,69 Kcal / 1 227,62 KJ	Energia: 412,52 Kcal / 1 724,33 KJ	Energia: 293,98 Kcal / 1 228,84 KJ	Energia: 210,95 Kcal / 881,77 KJ	Energia: 206,77 Kcal / 864,30 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		6,65 g12,89 g5,92 g	12,87 g15,84 g6,35 g	9,38 g7,27 g2,67 g	8,70 g4,35 g0,43 g	7,74 g2,49 g0,49 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	(00016) Iskola Felső Pécel	Zöldborsóleves , Rántott csirke, Petrezselymes burgonya	Tárkonyos csirkeraguleves, Főtt tészta, Dejósórat , Félbarna kenyér	Gombaleves tejfölös, Lecsós csirkeragu, Párolt rizsköret , Alma	Májgaluska leves , Főtt tojás, Sós kamártás , Főtt burgonya 1/2, Félbarna kenyér	Pirított tésztaleves , Csirkemell csíkok , Lencsefőzelék
		Energia: 472,91 Kcal / 1 976,76 KJ	Energia: 656,01 Kcal / 2 742,12 KJ	Energia: 557,34 Kcal / 2 329,68 KJ	Energia: 509,36 Kcal / 2 129,12 KJ	Energia: 639,33 Kcal / 2 672,40 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		32,75 g7,53 g1,18 g	26,50 g14,20 g0,83 g	22,83 g13,16 g2,13 g	20,35 g15,16 g4,01 g	45,19 g15,81 g3,59 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Tízórai	(00016) Iskola Felső Pécel	66,89 g0,00 g2,50 g	105,18 g16,23 g1,39 g	85,22 g1,51 g3,34 g	71,24 g14,99 g2,56 g	67,32 g3,00 g2,52 g



Heti étlap 2025.05.19. - 2025.05.23.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00016) Iskola Felső Pécel	Kockasajt , Zsemle , Paprika	Sertéspárizsi, Margarin, Zsemle , Újhagyma	Sajtkrém, Félbarna kenyér, Paradicsom	Olasz felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Kígyóuborka	Sajt, lapka, Margarin, Félbarna kenyér, Hónapos retek
		Energia: 185,88 Kcal / 776,98 KJ	Energia: 220,64 Kcal / 922,28 KJ	Energia: 275,24 Kcal / 1 150,50 KJ	Energia: 247,31 Kcal / 1 033,76 KJ	Energia: 200,93 Kcal / 839,89 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		6,66 g3,49 g1,00 g	9,32 g6,45 g1,72 g	7,83 g12,21 g6,88 g	10,11 g8,23 g2,80 g	9,01 g3,60 g1,83 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		33,40 g0,00 g1,15 g	33,67 g0,00 g1,04 g	33,18 g0,00 g1,03 g	32,22 g0,00 g2,18 g	32,92 g0,00 g1,15 g
		 	   	 	  	 

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

