



Heti étlap 2025.05.19. - 2025.05.23.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00170) Tejmentes Pécel	Citromos tea , Zöldfűszeres margarin TM, Teljes kiőrlésű kenyér, Kígyóborka	Paprikás szalámi, Margarin TM, Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcs tea, Kenőmájas, Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcs tea, Sárgabarack jam, Margarin, Félbarna kenyér	Citromos tea , Tojáskrém TM, Teljes kiőrlésű kenyér, Paprika
		Energia: 182,36 Kcal / 762,26 KJ	Energia: 234,90 Kcal / 981,88 KJ	Energia: 293,98 Kcal / 1 228,84 KJ	Energia: 255,15 Kcal / 1 066,53 KJ	Energia: 229,02 Kcal / 957,30 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		5,94 g 1,12 g 0,18 g	9,21 g 7,49 g 2,75 g	9,38 g 7,27 g 2,67 g	6,05 g 0,77 g 0,04 g	9,43 g 4,07 g 0,88 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Ebéd	(00170) Tejmentes Pécel	Babgulyás , Főtt tészta, Dejósórat	Zöldséges lebbencsleves, Pulyka aprópecsenye , Paradicsomos káposzta	Zöldség leves, Lecsós csirkeragu, Párolt rizsköret	Tarhonyaleves , Sült csirkemell , Parajfőzelék TM	Meggyleves TM, Csikós tokány TM, Főtt tészta, Céklasaláta
		Energia: 679,82 Kcal / 2 841,65 KJ	Energia: 427,22 Kcal / 1 785,78 KJ	Energia: 552,42 Kcal / 2 309,12 KJ	Energia: 296,43 Kcal / 1 239,08 KJ	Energia: 650,40 Kcal / 2 718,67 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		23,76 g 14,83 g 1,20 g	21,21 g 18,32 g 3,73 g	20,93 g 15,79 g 3,56 g	18,08 g 13,32 g 1,88 g	22,32 g 17,23 g 4,70 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(00170) Tejmentes Pécel	Csirkemell sonka , Margarin, Zsemle , Paprika	Sertéspárizsi, Margarin TM, Zsemle , Újhagyma	Zala felvágott TM 0,03, Margarin TM, Félbarna kenyér, Paradicsom	Olasz felvágott, Margarin TM, Teljes kiőrlésű kenyér, Kígyóborka	Sonka , Margarin TM, Félbarna kenyér, Hónapos retek
		Energia: 191,27 Kcal / 799,51 KJ	Energia: 219,95 Kcal / 919,39 KJ	Energia: 212,54 Kcal / 888,42 KJ	Energia: 246,62 Kcal / 1 030,87 KJ	Energia: 200,50 Kcal / 838,09 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		12,42 g 1,27 g 0,20 g	9,32 g 6,37 g 1,70 g	10,83 g 3,89 g 1,35 g	10,11 g 8,15 g 2,78 g	11,11 g 3,09 g 0,02 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só





Heti étlap 2025.05.19. - 2025.05.23.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00170) Tejmentes Pécel	 	  		 	

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

