

Heti étlap 2019.05.27. - 2019.05.31.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00265) Szent Mór alsó	Kakaó, Virágméz, Liga margarin , Félbarna kenyér	Tej, Főtt tojás, Liga margarin , Uborka, Félbarna kenyér	Tea, Bécsi rudacska, Ketchup, Teljes kiőrlésű kenyér	Tej, Delma margarin, Párizsi sertés felvágott, Jégcsap retek, Teljes kiőrlésű kenyér	Tejeskávé, Magvas margarin, Paprika, Teljes kiőrl.kifli
		Energia: 445,72 Kcal / 1 863,11 KJ	Energia: 416,53 Kcal / 1 741,10 KJ	Energia: 200,17 Kcal / 836,71 KJ	Energia: 346,67 Kcal / 1 449,08 KJ	Energia: 384,33 Kcal / 1 606,50 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		13,62 g 12,62 g 4,53 g	19,08 g 17,32 g 5,72 g	12,89 g 15,90 g 4,80 g	18,45 g 13,10 g 5,01 g	13,14 g 14,50 g 4,99 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
67,76 g 24,03 g 0,45 g	44,58 g 0,24 g 0,58 g	36,63 g 11,86 g 2,35 g	36,70 g 0,11 g 1,11 g	48,26 g 12,27 g 1,08 g		
						
Ebéd	(00265) Szent Mór alsó	Tojásleves, Sertéssült, Magyaros zöldbabfőzelék, Teljes kiőrlésű kenyér	Burgonyaleves , Csirkemell tárkonyos-gombás raguval, Párolt rizs	Zellerkrémleves, Halpörkölt, Tészta köret , Körte	Gyümölcsleves, Szezámós rántott csirkemell, Burgonyapüré , Vitamin saláta	Zöldséges karfiolleves, Piskóta, Vanília sodó , Banán
		Energia: 530,35 Kcal / 2 216,86 KJ	Energia: 582,68 Kcal / 2 435,60 KJ	Energia: 601,86 Kcal / 2 515,77 KJ	Energia: 840,40 Kcal / 3 512,87 KJ	Energia: 539,83 Kcal / 2 256,49 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		29,21 g 21,63 g 4,19 g	30,87 g 15,24 g 3,62 g	28,64 g 20,29 g 3,68 g	41,09 g 27,31 g 3,53 g	17,30 g 8,86 g 2,79 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
52,00 g 0,06 g 3,29 g	79,51 g 1,44 g 2,45 g	73,90 g 0,53 g 2,32 g	93,09 g 18,91 g 2,39 g	96,63 g 28,65 g 1,09 g		
						

Heti étlap 2019.05.27. - 2019.05.31.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Uzsonna</b>	<b>(00265) Szent Mór alsó</b>	Sajtos retekkrém, Vizes zsemle			Magyaros vajkrém, Zöldhagyma , Teljes kiőrlésű zsemle			Eidámi sajt, Liga margarin , Paradicsom, Császárzsemle			Lotti sárgabarackos túró rudi, Aranykifli			Gyümölcsös joghurt, Bagett		
		Energia: 333,31 Kcal / 1 393,24 KJ			Energia: 199,50 Kcal / 833,91 KJ			Energia: 342,14 Kcal / 1 430,15 KJ			Energia: 227,58 Kcal / 951,28 KJ			Energia: 205,35 Kcal / 858,36 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		15,93 g	13,55 g	7,43 g	6,15 g	4,96 g	0,26 g	13,58 g	15,95 g	7,25 g	5,97 g	5,60 g	3,61 g	7,45 g	2,77 g	1,66 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
35,78 g	0,27 g	0,57 g	28,94 g	0,30 g	0,01 g	34,71 g	0,58 g	0,10 g	36,93 g	10,01 g	0,02 g	40,62 g	15,57 g	0,00 g		
																
																

.....  
Üzletvezet

.....  
Konyhaf nők

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!