

Heti étlap 2019.09.09. - 2019.09.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek			
Tízórai	(00265) Szent Mór alsó	Kakaó, Kenőmájas, Uborka, Kukoricás kenyér	Tej, Virágméz, Liga margarin , Teljes kiőrl.kifli	Tej, Eidámi sajt, Delma margarin, Paprika, Fehér kenyér	Tejeskávé, Főtt tojás, Liga margarin , Uborka, Teljes kiőrlésű kenyér	Tea, Bécsi rudacska, Ketchup, Bagett			
		Energia: 390,05 Kcal / 1 630,41 KJ	Energia: 360,30 Kcal / 1 506,05 KJ	Energia: 398,01 Kcal / 1 663,68 KJ	Energia: 429,57 Kcal / 1 795,60 KJ	Energia: 198,24 Kcal / 828,64 KJ			
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv			
		16,54 g 11,67 g 5,57 g	12,35 g 11,40 g 4,09 g	21,21 g 14,30 g 7,36 g	18,43 g 16,31 g 5,36 g	12,95 g 15,70 g 4,78 g			
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só			
52,43 g 7,59 g 1,83 g	50,14 g 16,45 g 1,03 g	43,51 g 0,05 g 1,43 g	49,86 g 12,06 g 1,25 g	37,95 g 12,12 g 1,69 g					
Ebéd	(00265) Szent Mór alsó	Köménymaglevés, Pulykasült, Burgonyafőzelék, Teljes kiőrlésű szeder.kenyér	Párolt rizs, Zöldséges rizsleves , Lecsós ragu, Alma	Daragaluskaleves, Vagdalt szelet, Babfőzelék, Teljes kiőrlésű kenyér	Kertészleves, Sajtos-hagymás sült csirke mell, Mexikói rizs	Zöldbableves , Túrós rétes			
		Energia: 591,65 Kcal / 2 473,10 KJ	Energia: 563,35 Kcal / 2 354,80 KJ	Energia: 713,15 Kcal / 2 980,97 KJ	Energia: 602,58 Kcal / 2 518,78 KJ	Energia: 725,32 Kcal / 3 031,84 KJ			
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv			
		26,63 g 21,77 g 6,13 g	24,97 g 17,75 g 3,57 g	30,44 g 27,78 g 7,33 g	35,73 g 18,21 g 5,46 g	17,83 g 40,64 g 21,55 g			
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só			
68,52 g 0,19 g 2,91 g	74,82 g 0,37 g 2,30 g	80,04 g 0,38 g 3,04 g	72,92 g 0,85 g 2,75 g	70,87 g 24,44 g 1,40 g					
Uzsonna	(00265) Szent Mór alsó	Őszibarack, Sajtos stangli	Fokhagymás-petrezselymes vajkrém, Uborka, Vizes zsemle	Lotti sárgabarackos túró rudi, Bagett	Körte, Sós fonott	Kocka sajt , Paradicsom, Teljes kiőrl.kifli			
		Energia: 258,49 Kcal / 1 080,49 KJ	Energia: 225,35 Kcal / 941,96 KJ	Energia: 198,77 Kcal / 830,86 KJ	Energia: 175,64 Kcal / 734,18 KJ	Energia: 176,83 Kcal / 739,15 KJ			
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv			
		10,46 g 7,10 g 0,58 g	6,53 g 5,89 g 3,38 g	5,49 g 4,36 g 3,36 g	5,00 g 2,30 g 0,50 g	6,29 g 5,61 g 3,30 g			
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só			



UNIV ÉTTEREM

Heti étlap 2019.09.09. - 2019.09.13.

	36,00 g	0,78 g	0,01 g	35,62 g	0,79 g	0,31 g	33,48 g	9,34 g	0,02 g	32,87 g	0,99 g	0,01 g	24,81 g	1,95 g	0,84 g

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!