












Heti étlap 2019.09.16. - 2019.09.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00248) Univ tejmentes óvoda	Kakaó, Vizes zsemle	Tea, Liga margarin , Főtt tojás, Fehér kenyér	Tea, Delma margarin, Szendvics sonka, Paprika, Teljes kiőrlésű kenyér	Tejeskávé, Petrezselymes margarin, Uborka, Fehér kenyér	Tea, Liga margarin , Zala felvágott, Paradicsom, Teljes kiőrlésű kenyér
		Energia: 293,24 Kcal / 1 225,74 KJ	Energia: 242,42 Kcal / 1 013,32 KJ	Energia: 174,95 Kcal / 731,29 KJ	Energia: 327,91 Kcal / 1 370,66 KJ	Energia: 227,38 Kcal / 950,45 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		6,62 g 3,03 g 0,49 g	6,84 g 9,88 g 2,72 g	7,20 g 4,04 g 0,85 g	4,19 g 9,43 g 2,30 g	6,49 g 10,32 g 3,16 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
58,46 g 11,89 g 0,02 g	29,27 g 5,00 g 1,02 g	25,56 g 5,60 g 0,63 g	54,52 g 16,61 g 0,98 g	25,29 g 5,11 g 1,11 g		
						
Ebéd	(00248) Univ tejmentes óvoda	Zöldséges reszeltészta leves, Temesvári csirketokány, Tészta köret	Csontleves, Rántott hal (TEJMENTES), Tört burgonya, Csemege uborka	Zöldséges karalábéleves, Flekken szelet, Sárgarépás rizs, Vitamin saláta	Lebbencsleves , Aprópecsenye , Spenót, Főtt burgonya (TEJMENTES)	Legényfogó leves (tejmentes), Almás pite (TEJMENTES)
		Energia: 458,08 Kcal / 1 914,77 KJ	Energia: 484,41 Kcal / 2 024,83 KJ	Energia: 571,70 Kcal / 2 389,71 KJ	Energia: 455,10 Kcal / 1 902,32 KJ	Energia: 618,28 Kcal / 2 584,41 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		22,64 g 14,04 g 2,75 g	20,10 g 14,12 g 1,99 g	21,18 g 23,22 g 3,84 g	22,81 g 15,76 g 3,31 g	20,45 g 20,78 g 8,74 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
59,57 g 0,00 g 1,75 g	56,86 g 1,33 g 1,85 g	68,60 g 3,09 g 2,09 g	54,34 g 1,52 g 1,72 g	86,10 g 16,13 g 1,62 g		
			 			



UNIV ÉTTEREM

Heti étlap 2019.09.16. - 2019.09.20.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Uzsonna	(00248) Univ tejmentes óvoda	Csemege szalámi , Liga margarin , Uborka, Vizes zsemle			Snidlinges margarin, Paradicsom, Teljes kiőrlésű zsemle			Alma, Kakaós csiga			Halkrém, Vizes zsemle			Nektarin, Vizes zsemle		
		Energia: 340,31 Kcal / 1 422,50 KJ			Energia: 198,94 Kcal / 831,57 KJ			Energia: 201,87 Kcal / 843,82 KJ			Energia: 273,45 Kcal / 1 143,02 KJ			Energia: 202,79 Kcal / 847,66 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		9,49 g	17,72 g	6,20 g	5,03 g	7,94 g	2,16 g	2,74 g	10,80 g	5,45 g	10,52 g	9,37 g	2,30 g	6,23 g	0,98 g	0,13 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
34,53 g	0,35 g	0,91 g	26,97 g	0,30 g	0,10 g	23,10 g	4,55 g	0,36 g	34,16 g	0,29 g	0,10 g	41,14 g	0,27 g	0,00 g		

..... Üzletvezet Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!