

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
tízórai	tej-2 gabona párna- 1,3,7,10	vadmálna tea-0 margarin-0, méz-0 rozskenyér-1	tej-2 májkrém-1,2,3,10 uborka0,barna kenyér1	alma tea-0 csokikrém-1,2 rozskenyér-1	tejbegriz- 1,2
sótart	0,05g	0,05g	0,01g	0,02g	0,25g
energia	103,6kcal	26kcal	97,5kcal	25,78kcal	137,6kcal
fehérje/állati	6,67/6,43g	0,51/0g	6,5/6,43g	0,56/0g	8,36/6,43g
zsír/telített	2,9/0g	0,69/0,2g	2,36/0,01g	0,51/0,11g	3,57/0,2g
szénh/cukor	12,5/0,9g	3,69/1,27g	1,13/0,78g	3,89/1,75g	13,75/0,16g
edea					
	brokkoli leves-1,3,4	kertész leves-1,3,4	húsgombóc leves-1,3,4	köménymag leves-1,4	erdeigyümölcs leves-1,2,
	lecsős csirkemáj rizszel-1,4	sült csirkecomb-1 meggymártás-1 burgonya püre-1	káposztás tészta-1,3	natúr vagdalt-1 paradicsomos burgonya-1,4 rozskenyér-1	tarhonyás hús-1,4
sótart	0,73g	0,87g	0,82g	1,28g	0,82g
energia	86,7kcal	82,7kcal	62,5kcal	97,99kcal	234,9 kcal
fehérje/állati	4,22/1g	3,93/2,22g	3,39/2,38g	3,43/0,8g	8,9/1g
zsír/telített	1,51/0,42g	3,1/0,4g	2,24/0,13g	5,26/0,25g	3/0,55g
szénh/cukor	14,19/5,42g	9,6/0,37g	5,15/2,62g	8,12/0,95g	42,2/0,81g
uzsonna	soproni felvágott-0 margarin0,paprika0 korpás kenyér-1	könnyű és finom joghurt-2,mandarin-0 rozskenyér-1	tavaszi felvágott0 margarin-0,paprika0 korpás kenyér-1	szívecske puding-1,2 rozskenyér-1 körte-0	kandallós csemege-1,2,3 alma-0
sótart	0,19g	0,13g	0,19g	0,83g	0,05g
energia	33,9kcal	131,7kcal	30,02kcal	174,9kcal	13,8kcal
fehérje/állati	1,05/0g	4,11/0g	1,09/0g	2,77/0g	0,25/0g
zsír/telített	1,45/0,47g	2,63/1,64g	1,76/0,58g	1,95/0,75g	0,32/0,04h
szénh/cukor	3,06/0,12g	21,6/16,1g	2,06/0,03g	34,9/15,3g	2,4/1,03g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

allergének:

1-glutén

2-tej

3-tojás

4-zeller

5-mogyoró

6-hal

7-dióféle

8-mustár

9-szezám

10-szója

é.v. Répási Erika