

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
tízórai	tej-2 kenyér lángos-1,3,4	gyümölcs tea-0 bundás kenyér-1,3	tej-2 parizerkrém-0,uborka0 barna kenyér-1	alma tea-0 natúr vajkrém-2,lila hagyma0,barna kenyér1	tej-2 gabona golyó-1,2
sótart	1,4 / g	0,87g	0,11g	0,06g	0,04g
energia	325,63kcal	152,35kcal	134,4kcal	75,48kcal	120,72kcal
fehérje/állati	14,7/7,45g	5,29/4,6g	0,8/7,45g	3,23/2,41g	7,68/7,45g
zsír/telített	10,96/3,28g	12,49/0g	4,37/0,16g	4,48/0g	3,44/0,04g
szénh/cukor	40,26/1,24g	4,39/1,46g	15,17/0g	5,11/1,46g	14,54/1,27g
ebéd	karalábé leves-1,3,4 csirke zúza-mája pörkölt tarhonyával1,2,34 cékla-0 korpás kenyér-1	pirított tészta leves-1,3,4 rakott karfiol-1,2,	húsgombóc leves-1,3,4 burgonyás tészta-1,3 csalamádé-0	kelbimbó leves-1,3,4 natúr vagdalt-1,3, paradicsomos káposzta-1,4 rozskenyér-1	erdei gyümölcs leves-1,3,4 sült csirkecomb-1 burgonya püré-1
sótart	0,23g	0,8g	0,83g	1,56g	1,34g
energia	250,47kcal	90,9kcal	65,9kcal	110,96kcal	70,98kcal
fehérje/állati	14,6/7,08g	3,36/0,2g	3,04/0,92g	5,07/0,92g	3,25/2,61g
zsír/telített	5,23/0,24g	1,6/0,74g	1,94/0,13g	3,88/0,08g	3,04/0,23g
szénh/cukor	34,17/0,3g	15,2/1,88g	9,07/0,27g	12,37/0,96g	7,74/2,79g
uzsonna	soproni felvágott-0 margarin0,paprika0 korpás kenyér-1	habos puding-0 szilva-0 rozskenyér-1	zöldséges felvágott0 margarin-0,paprika0 korpás kenyér-1	tarka joghurt-2 rozskenyér-1	kandallós csemege 1,2,3,8,10 alma-0
sótart	0,19g	0,14g	0,2g	0,19g	0,03g
energia	31,04kcal	168,23kcal	28,5kcal	118,6kcal	90,6kcal
fehérje/állati	0,93/0g	2,63/2,04g	1,09/0g	5,11/4,38g	1,05/0g
zsír/telített	1,37/0,42g	3,61/2,33g	1,37/0,36g	2/1,16g	1,65/0,1g
szénh/cukor	2,82/0,08g	29,5/19g	2,82/0,03g	19,55/15,49g	17,01/0,84g
		1-glutén	2-tej	3-tojás	4-zeller
		5-mogyoró	6-hal	7-diófélé	8-mustár
		9-szezámag	10-szója		

é.v. Répási Erika
Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!