



Heti étlap 2015.11.30. - 2015.12.04.

		hétfő
Tízórai	(03702) Iskola IV.Menü Plussz	Forralt tej 0,2, Vaj, Méz, Kifli
		Energia 403,24 Kcal / 1 693,61 Kj
		Fehérje 10,88 g Zsír 17,31 g T.Zsírsv 8,40 g
		Szénhidrát 51,34 g Cukor 16,20 g Só 0,39 g
Ebéd	(03702) Iskola IV.Menü Plussz	Burgonyaleves magyaros, Finomfőzelék 0,3, Szárnyas vagdalt 1 db, Körte
		Energia 700,36 Kcal / 2 941,51 Kj
		Fehérje 30,09 g Zsír 19,62 g T.Zsírsv 3,87 g
		Szénhidrát 103,19 g Cukor 2,22 g Só 3,15 g





Heti étlap 2015.11.30. - 2015.12.04.

		hétfő		
Uzsonna	(03702) Iskola IV.Menü Plussz	Teljeskiőrlésű kenyér , Kígyóuborka, Szardíniakrém, Citrom		
		Energia		
		251,65 Kcal / 1 056,93 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		14,14 g	11,17 g	2,25 g
		Szénhidrát	Cukor	Só
22,97 g	0,00 g	0,71 g		

.....
Élelmezési
osztályvezető

.....
Vezető
dietetikus

.....
Gazdaságvezető

