



Heti étlap 2016.09.26. - 2016.09.30.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Uzsonna	(03702) Iskola IV.Menü Plussz alsó	Ivólé 50%, Trappista sajt, Margarin, Retek DB, Zsemle, rozsos	Főtt tojás, Margarin, Zsemle magos , Paprika	Ivólé 50%, Csirkemell sonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér , Kígyóuborka	Kefir, Kifli teljes kiőrlésű	Baromfipárizsi, Margarin, Zsemle , Újhagyma, Hideg tej										
		Energia: 308,26 Kcal / 1 288,53 KJ	Energia: 223,61 Kcal / 934,69 KJ	Energia: 371,09 Kcal / 1 551,16 KJ	Energia: 201,75 Kcal / 843,32 KJ	Energia: 367,47 Kcal / 1 536,02 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5,77 g	2,70 g	0,18 g	10,34 g	7,21 g	1,24 g	15,26 g	3,21 g	0,21 g	11,50 g	0,55 g	0,11 g	17,93 g	14,20 g	4,66 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
64,37 g	0,00 g	0,37 g	29,34 g	0,00 g	0,38 g	69,43 g	0,00 g	0,86 g	37,70 g	0,00 g	0,56 g	42,38 g	0,00 g	0,71 g		

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

.....
Élelmezési oszt. vezető

.....
Vezető dietetikus

.....
Gazdaságvezető

