

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermekek	Tej [7,7], Delma multivitamin, Molnárka [1,3,7]	Tejeskávé[1,7], Natúr vajkrém[7], Teljes kiőrlésű kifli[1,7], Kígyóuborka	Gyümölcstea, Házi csirkemájkrém[3,10], Kukoricás kenyér[1], Hónapos retek	Gyümölcstea, Tavaszi tojáskrém [3,7,10,(1)], Teljes kiőrlésű kenyér[1], Paradicsom	Gyümölcstea, eFeF csirkemell sonka, Delma multivitamin, Burgonyás kenyér[1], Zöldpaprika
		Energia: 249,95 Kcal / 1 044,79 KJ	Energia: 196,14 Kcal / 819,87 KJ	Energia: 165,00 Kcal / 689,70 KJ	Energia: 131,04 Kcal / 547,75 KJ	Energia: 159,22 Kcal / 665,54 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		8,46 g11,84 g5,05 g	6,61 g11,41 g5,57 g	7,16 g4,20 g0,74 g	4,51 g3,68 g0,79 g	5,96 g4,84 g1,28 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Tízórai	(00480) Gyermekek	Happy day 100% gyümölcslé	Citrusos limonádé	Meggyes limonádé	Lime-mentás limonádé	Happy day 100% gyümölcslé
		Energia: 76,01 Kcal / 317,72 KJ	Energia: 56,26 Kcal / 235,17 KJ	Energia: 57,02 Kcal / 238,34 KJ	Energia: 23,73 Kcal / 99,19 KJ	Energia: 76,01 Kcal / 317,72 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		0,09 g0,00 g0,00 g	0,52 g0,22 g0,00 g	0,52 g0,36 g0,00 g	0,06 g0,06 g0,00 g	0,09 g0,00 g0,00 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Ebéd	(00480) Gyermekek	Vöröslencse vagdalt[1,3], Fetás cukkinifőzelék[1,7], Alma	Csorbaleves[1,3,7,9], Almás-mákos kevert [1,3,7]	Nyírségi rakottas [7,(1)], Banán	Tejszínes kukoricás csirkeragu[1,7,10], Bulgur [1], Alma	Olaszos pulykavagdalt [1,3,7], Burgonyapüré[7], Körte
		Energia: 391,62 Kcal / 1 636,97 KJ	Energia: 383,15 Kcal / 1 601,57 KJ	Energia: 389,98 Kcal / 1 630,12 KJ	Energia: 424,15 Kcal / 1 772,95 KJ	Energia: 412,52 Kcal / 1 724,33 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		14,66 g19,35 g5,83 g	18,15 g13,86 g3,58 g	14,38 g15,51 g6,53 g	20,87 g12,39 g3,52 g	17,19 g15,55 g4,89 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
Uzsonna	(00480) Gyermekek	Gyümölcstea, Pikáns tonhalkrém [3,4,7,10], Kukoricás kenyér[1], Kápia paprika	Gyümölcstea, Eidami sajt [7], Delma multivitamin, Félbarna kenyér[1], Paradicsom	Kakaó [7,(1)], Delma multivitamin, Kifli [1,7]	Tej [7,7], Kockasajt [7, (1)], Delma multivitamin, Félbarna kenyér[1], Kígyóuborka	Tej [7,7], Áfonya lekvár (12), Delma multivitamin, Zsemle[1]
		Energia: 187,39 Kcal / 783,29 KJ	Energia: 218,89 Kcal / 914,96 KJ	Energia: 258,26 Kcal / 1 079,53 KJ	Energia: 285,60 Kcal / 1 193,81 KJ	Energia: 225,19 Kcal / 941,29 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		6,49 g7,56 g2,47 g	9,38 g9,26 g4,46 g	9,84 g12,22 g5,74 g	11,89 g13,60 g6,58 g	8,34 g9,81 g4,34 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó

Molnár-Kötél Dorottya
Élelmészvezető

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

