

		kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00482) Gyermek Alsós (7-10 év)	Tej (friss)1,5%[7], Gabonapehely[1]	Karamell 7-10[7], Csicszeriborsó krém 7-10 (7), Félbarna kenyér[1]	Citromos tea 7-10, Pulykamellsonka(1,6,7), Margarin Light(7), Burgonyás kenyér[1], Paradicsom kg	Gyümölcstea 7-10, Sajtkrém, napraforgómagos 7-10[7], Kukoricás kenyér[1,(6,7)], Zöldpaprika
		Energia: 248.26 Kcal / 1,037.73 KJ	Energia: 391.15 Kcal / 1,635.01 KJ	Energia: 259.81 Kcal / 1,086.01 KJ	Energia: 319.60 Kcal / 1,335.93 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		10.80 g3.80 g1.79 g	15.96 g9.75 g3.41 g	12.01 g4.39 g1.08 g	9.03 g11.85 g4.76 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		42.60 g11.60 g0.58 g	59.19 g8.99 g1.91 g	41.92 g8.99 g1.97 g	43.04 g8.99 g1.44 g
		1,7	1,7	1,(6),(7)	1,7,(6)
	(00483) Gyermek Felső (11-14 év)	Tej (friss)1,5%[7], Gabonapehely[1]	Karamell 11-14[7], Csicszeriborsó krém 11-14 (7), Félbarna kenyér[1]	Citromos tea 11-14, Pulykamellsonka(1,6,7), Margarin Light(7), Burgonyás kenyér[1], Paradicsom kg	Gyümölcstea 11-14, Sajtkrém, napraforgómagos 11-[7], Kukoricás kenyér[1,(6,7)], Zöldpaprika
		Energia: 286.06 Kcal / 1,195.73 KJ	Energia: 432.63 Kcal / 1,808.39 KJ	Energia: 292.68 Kcal / 1,223.40 KJ	Energia: 325.70 Kcal / 1,361.43 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		11.80 g4.00 g1.83 g	17.35 g10.48 g3.60 g	13.19 g4.58 g1.10 g	9.15 g11.88 g4.76 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		50.60 g14.50 g0.66 g	66.45 g9.99 g2.20 g	48.35 g9.99 g2.16 g	44.37 g9.99 g1.44 g
		1,7	1,7	1,(6),(7)	1,7,(6)
Ebéd	(00482) Gyermek Alsós (7-10 év)	Májgaluska leves 7-10 [1,9,(12)], Grízes tészta, ízzel 7-10[1,(3,12)], Alma	Karalábéleves 7-10[1, (3)], Spenótos hal bundában 7-10, Párolt rizs 7-10, Nektarin	Babgulyás 7-10, Sajtos pogácsa 7-10[1,3,7], Alma	Zabpelyhes húsgombóc 7-10[1,3], Főtt burgonya 7-10, Paradicsom mártás 7-10[1,9], Rozskenyér[1, (6,7)], Nektarin
		Energia: 661.03 Kcal / 2,763.11 KJ	Energia: 671.17 Kcal / 2,805.49 KJ	Energia: 770.09 Kcal / 3,218.98 KJ	Energia: 784.74 Kcal / 3,280.21 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		23.86 g11.31 g2.22 g	20.48 g16.33 g1.78 g	36.39 g31.26 g9.16 g	26.23 g22.87 g6.27 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		114.70 g19.68 g2.96 g	109.22 g0.81 g2.88 g	84.74 g0.01 g2.62 g	116.50 g17.98 g2.01 g
		1,9,(3),(12)	1,(3)	1,3,7	1,3,9,(6),(7)
	(00483) Gyermek Felső (11-14 év)				

		kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00483) Gyermek Felső (11-14 év)	Májgaluska leves 11-14 [1,9,(12)], Grízes tészta, ízzel 11-14[1,(3,12)], Alma	Karalábéleves 11-14[1,(3)], Spenótos hal bundában 11-14, Párolt rizs 11-14, Nektarin	Babgulyás 11-14, Sajtos pogácsa 11-14[1,3,7], Alma	Zabpelyhes húsgombóc 11-14[1,3], Főtt burgonya 11-14 , Paradicsom mártás 11-14[1,9], Rozskenyér[1,(6,7)], Nektarin
		Energia: 760.24 Kcal / 3,177.80 Kj	Energia: 745.03 Kcal / 3,114.23 Kj	Energia: 815.93 Kcal / 3,410.59 Kj	Energia: 874.88 Kcal / 3,657.00 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsv27.64 g13.36 g2.63 g	FehérjeZsírT.Zsírsv22.69 g18.23 g1.99 g	FehérjeZsírT.Zsírsv39.93 g33.34 g9.74 g	FehérjeZsírT.Zsírsv29.47 g26.40 g7.26 g
		SzénhidrátCukorSó130.92 g22.19 g3.22 g	SzénhidrátCukorSó121.03 g0.90 g3.31 g	SzénhidrátCukorSó87.91 g0.01 g2.97 g	SzénhidrátCukorSó127.58 g19.98 g2.30 g
		1,9,(3),(12)	1,(3)	1,3,7	1,3,9,(6),(7)
Uzsonna	(00482) Gyermek Alsó (7-10 év)	Trappista sajt[7,(1)], Margarin Light(7), Rozskenyér[1,(6,7)], Uborka(kígyó)	Nutribella kókuszos keksz db[1,(5,6,8,11,Alma	Krémtúró vaníliás[7], Kifli korpás[1]	Gyümölcsszelet, málnás, joghur[1,7], Alma
		Energia: 295.18 Kcal / 1,233.85 Kj	Energia: 147.18 Kcal / 615.21 Kj	Energia: 246.33 Kcal / 1,029.66 Kj	Energia: 175.18 Kcal / 732.25 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsv13.58 g11.46 g6.09 g	FehérjeZsírT.Zsírsv1.84 g5.46 g2.42 g	FehérjeZsírT.Zsírsv11.37 g3.12 g1.56 g	FehérjeZsírT.Zsírsv2.40 g4.80 g1.80 g
		SzénhidrátCukorSó33.33 g0.00 g1.57 g	SzénhidrátCukorSó21.40 g4.02 g0.04 g	SzénhidrátCukorSó42.42 g16.35 g0.59 g	SzénhidrátCukorSó27.90 g6.00 g0.13 g
		1,7,(6)	1,(5),(6),(8),(11)	1,7	1,7
	(00483) Gyermek Felső (11-14 év)	Trappista sajt[7,(1)], Margarin Light(7), Rozskenyér[1,(6,7)], Uborka(kígyó)	Nutribella kókuszos keksz db[1,(5,6,8,11,Alma	Krémtúró vaníliás[7], Kifli korpás[1]	Gyümölcsszelet, málnás, joghur[1,7], Alma
		Energia: 322.47 Kcal / 1,347.92 Kj	Energia: 147.18 Kcal / 615.21 Kj	Energia: 246.33 Kcal / 1,029.66 Kj	Energia: 175.18 Kcal / 732.25 Kj
		FehérjeZsírT.Zsírsv14.49 g11.56 g6.10 g	FehérjeZsírT.Zsírsv1.84 g5.46 g2.42 g	FehérjeZsírT.Zsírsv11.37 g3.12 g1.56 g	FehérjeZsírT.Zsírsv2.40 g4.80 g1.80 g
		SzénhidrátCukorSó38.86 g0.00 g1.70 g	SzénhidrátCukorSó21.40 g4.02 g0.04 g	SzénhidrátCukorSó42.42 g16.35 g0.59 g	SzénhidrátCukorSó27.90 g6.00 g0.13 g
		1,7,(6)	1,(5),(6),(8),(11)	1,7	1,7



.....
Élelmezésvezető

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

TOVÁBBI ALLERGÉN INFORMÁCIÓ: elelmezes@kornye.hu

