

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00482) Gyermek Alsós (7-10 év)	Tej (friss)1,5%[7], Gabonapehely[1]	Gyümölcstea 7-10, Vajkrém kg, magyaros[7], Zsemle[1], Jégcsapretek kg	Citromos tea 7-10, Sárgabaracklekvár(12), Margarin Light(7), Korpás kenyér[1,(6)]	Tej (friss)1,5%[7], Túrós batyu, mirelit[1,3,7]	Zöldtea 7-10, Turista felvágott(1,6,7), Margarin Light(7), Zsemle korpás [1], Uborka(kígyó)
		Energia: 248.26 Kcal / 1,037.73 KJ	Energia: 256.86 Kcal / 1,073.67 KJ	Energia: 260.61 Kcal / 1,089.35 KJ	Energia: 433.90 Kcal / 1,813.70 KJ	Energia: 363.58 Kcal / 1,519.76 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		10.80 g 3.80 g 1.79 g	5.75 g 8.40 g 4.02 g	6.01 g 3.01 g 0.74 g	15.40 g 14.00 g 8.23 g	12.68 g 15.78 g 5.49 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		42.60 g 11.60 g 0.58 g	39.42 g 8.99 g 0.81 g	51.13 g 15.44 g 0.95 g	59.60 g 16.00 g 0.82 g	42.42 g 8.99 g 2.14 g
		1,7	1,7	1,(6),(7),(12)	1,3,7	1,(6),(7)
	(00483) Gyermek Felső (11-14 év)	Tej (friss)1,5%[7], Gabonapehely[1]	Gyümölcstea 11-14, Vajkrém kg, magyaros[7], Zsemle[1], Jégcsapretek kg	Citromos tea 11-14, Sárgabaracklekvár(12), Margarin Light(7), Korpás kenyér[1,(6)]	Tej (friss)1,5%[7], Túrós batyu, mirelit[1,3,7]	Zöldtea 11-14, Turista felvágott(1,6,7), Margarin Light(7), Zsemle korpás [1], Uborka(kígyó)
		Energia: 286.06 Kcal / 1,195.73 KJ	Energia: 261.00 Kcal / 1,090.98 KJ	Energia: 264.93 Kcal / 1,107.41 KJ	Energia: 433.90 Kcal / 1,813.70 KJ	Energia: 367.72 Kcal / 1,537.07 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		11.80 g 4.00 g 1.83 g	5.75 g 8.40 g 4.02 g	6.01 g 3.01 g 0.74 g	15.40 g 14.00 g 8.23 g	12.68 g 15.78 g 5.49 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		50.60 g 14.50 g 0.66 g	40.45 g 9.99 g 0.81 g	52.19 g 16.44 g 0.95 g	59.60 g 16.00 g 0.82 g	43.45 g 9.99 g 2.14 g
		1,7	1,7	1,(6),(7),(12)	1,3,7	1,(6),(7)
Ebéd	(00482) Gyermek Alsós (7-10 év)	Köményleves 7-10[1], Hortobágyi rakott tészta 7-10[1,7], Alma	Lebbencsleves 7-10[1,(3)], Sertéspörkölt 7-10, Tökfőzelék 7-10[1,7], Teljeskiörlesű kenyér[1], Narancs	Sütőtök krémleves 7-10 [1,3,6,7], Zsemlekočka[1,(3,7)], Sült csirkecomb 7-10(1,3,6,7,10,11), Párolt rizs 7-10, Párolt b.répa kuk. 7-10 (7)	Zöldségleves 7-10[1,9,(3)], Hentes tokány 7-10 [1,9,10], Főtt burgonya 7-10, Mandarin	Babgulyás 7-10, Sajtos pogácsa 7-10[1,3,7], Körte
		Energia: 768.40 Kcal / 3,211.91 KJ	Energia: 878.50 Kcal / 3,672.13 KJ	Energia: 720.63 Kcal / 3,012.23 KJ	Energia: 590.13 Kcal / 2,466.74 KJ	Energia: 760.31 Kcal / 3,178.10 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		29.55 g 32.25 g 10.59 g	33.98 g 38.49 g 8.36 g	21.67 g 10.07 g 6.95 g	26.07 g 17.68 g 4.26 g	36.11 g 30.90 g 9.16 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		87.18 g 0.01 g 2.78 g	95.70 g 0.25 g 4.11 g	111.45 g 1.27 g 4.02 g	79.31 g 0.01 g 3.79 g	83.84 g 0.01 g 2.60 g
		1,7	1,7,(3)	1,3,6,7,(10),(11)	1,9,10,(3)	1,3,7

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00483) Gyermek Felső (11-14 év)	Köményleves 11-14[1], Hortobágyi rakott tészta 11-14[1,7], Alma			Lebbencsleves 11-14[1, (3)], Sertéspörkölt 11-14, Tökfőzelék 11-14[1,7], Teljeskiörlésű kenyér[1], Narancs			Sütőtök krémleves 11-14 [1,3,6,7], Zsemlekočka[1, (3,7)], Sült csirkecomb 11-14(1,3,6,7,10,11), Párolt rizs 11-14, Párolt b.répa,kukorica 11-14(7)			Zöldségleves 11-14[1,9, (3)], Hentes tokány 11-14 [1,9,10], Főtt burgonya 11-14 , Mandarin			Babgulyás 11-14, Sajtos pogácsa 11-14[1,3,7], Körte		
		Energia: 790.27 Kcal / 3,303.33 KJ			Energia: 895.68 Kcal / 3,743.94 KJ			Energia: 779.96 Kcal / 3,260.23 KJ			Energia: 635.86 Kcal / 2,657.89 KJ			Energia: 843.24 Kcal / 3,524.74 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		30.35 g	33.78 g	11.05 g	37.59 g	35.51 g	8.43 g	23.75 g	10.62 g	7.08 g	29.08 g	18.60 g	4.56 g	39.93 g	33.19 g	9.74 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		88.40 g	0.01 g	3.14 g	102.97 g	0.25 g	4.58 g	122.88 g	1.27 g	4.33 g	85.50 g	0.01 g	4.40 g	95.41 g	0.01 g	2.96 g
1,7			1,7,(3)			1,3,6,7,(10),(11)			1,9,10,(3)			1,3,7				
Uzsonna	(00482) Gyermek Alsós (7-10 év)	Citromos tea 7-10, Padlizsánkrém 7-10[3,10, (1,7)], Rozskenyér[1,(6)], Zöldpaprika			Rozskorong étcsokival [1,6,7,12,(5,8,11)], Gyümölcspüré			Kocka sajt, natúr, Pék kifli[1], Körte			Zabrudí[1,6,(3,5,8,11)], Banán			Kakaó, dobozos 0,2l[7], Alma		
		Energia: 278.99 Kcal / 1,166.18 KJ			Energia: 148.53 Kcal / 620.86 KJ			Energia: 282.71 Kcal / 1,181.73 KJ			Energia: 292.87 Kcal / 1,224.20 KJ			Energia: 192.85 Kcal / 806.11 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		6.24 g	6.34 g	0.79 g	1.73 g	3.20 g	1.20 g	9.86 g	5.70 g	3.14 g	3.89 g	6.54 g	1.66 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		47.99 g	11.65 g	0.83 g	23.12 g	4.00 g	0.09 g	47.62 g	2.24 g	1.34 g	53.64 g	8.16 g	0.16 g	30.10 g	19.40 g	0.26 g
	1,3,10,(6),(7)			1,6,7,12,(5),(8),(11)			1			1,6,(3),(5),(8),(11)			7			
	(00483) Gyermek Felső (11-14 év)	Citromos tea 11-14, Padlizsánkrém 11-14 [3,10,(1,7)], Rozskenyér [1,(6)], Zöldpaprika			Rozskorong étcsokival [1,6,7,12,(5,8,11)], Gyümölcspüré			Kocka sajt, natúr, Pék kifli[1], Körte			Zabrudí[1,6,(3,5,8,11)], Banán			Kakaó, dobozos 0,2l[7], Alma		
		Energia: 300.27 Kcal / 1,255.13 KJ			Energia: 148.53 Kcal / 620.86 KJ			Energia: 282.71 Kcal / 1,181.73 KJ			Energia: 292.87 Kcal / 1,224.20 KJ			Energia: 192.85 Kcal / 806.11 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		6.26 g	8.20 g	1.03 g	1.73 g	3.20 g	1.20 g	9.86 g	5.70 g	3.14 g	3.89 g	6.54 g	1.66 g	0.60 g	0.60 g	0.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		49.05 g	12.65 g	0.84 g	23.12 g	4.00 g	0.09 g	47.62 g	2.24 g	1.34 g	53.64 g	8.16 g	0.16 g	30.10 g	19.40 g	0.26 g
1,3,10,(6),(7)			1,6,7,12,(5),(8),(11)			1			1,6,(3),(5),(8),(11)			7				

.....
Élelmezésvezető

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

TOVÁBBI ALLERGÉN INFORMÁCIÓ: elelmezes@kornye.hu

