

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök		
Tízórai	(00482) Gyermek Alsós (7-10 év)	Tej (friss)1,5%[7], Gabonapehely[1]			Citromos tea 7-10, Párizsi (allergénm)(10), Margarin Light(7), Félbarna kenyér[1], Jégcsapretek kg			Zöldtea 7-10, Kenőmájas (allergénm), Korpás kenyér[1,(6)], Zöldpaprika			Tej (friss)1,5%[7], Kakaós krém(1,8), Zsemle[1]		
		Energia: 248.26 Kcal / 1,037.73 KJ			Energia: 279.98 Kcal / 1,170.32 KJ			Energia: 289.13 Kcal / 1,208.56 KJ			Energia: 290.26 Kcal / 1,213.29 KJ		
		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	9.31 g	7.47 g	2.52 g	10.35 g	8.91 g	3.86 g	12.00 g	6.75 g	2.46 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	42.60 g	11.60 g	0.58 g	43.67 g	8.99 g	2.05 g	40.81 g	8.99 g	1.53 g	44.90 g	3.90 g	1.07 g	
	1,7			1,(7),(10)			1,(6)			1,7,(8)			
	(00483) Gyermek Felső (11-14 év)	Tej (friss)1,5%[7], Gabonapehely[1]			Citromos tea 11-14, Párizsi (allergénm)(10), Margarin Light(7), Félbarna kenyér[1], Jégcsapretek kg			Zöldtea 11-14, Kenőmájas (allergénm), Korpás kenyér[1,(6)], Zöldpaprika			Tej (friss)1,5%[7], Kakaós krém(1,8), Zsemle[1]		
		Energia: 286.06 Kcal / 1,195.73 KJ			Energia: 324.64 Kcal / 1,357.00 KJ			Energia: 356.39 Kcal / 1,489.71 KJ			Energia: 290.26 Kcal / 1,213.29 KJ		
		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	11.01 g	8.66 g	2.96 g	13.53 g	14.45 g	6.39 g	12.00 g	6.75 g	2.46 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
50.60 g	14.50 g	0.66 g	50.38 g	9.99 g	2.43 g	41.90 g	9.99 g	2.08 g	44.90 g	3.90 g	1.07 g		
1,7			1,(7),(10)			1,(6)			1,7,(8)				
Ebéd	(00482) Gyermek Alsós (7-10 év)	Nyírségi gombóclevés 7-10[1,7,9], Káposztás kocka 7-10[1,3], Körte			Csirkepörkölt mellből 7-10, Finomfőzelék 7-10 [1,7], Teljeskiőrlésű kenyér[1], Meggyes pite 1db 7-10[1,3,7]			Zabpelyhes húsgombóc 7-10[1,3], Paradicsom mártás 7-10[1,9], Főtt burgonya 7-10, Alma			Zöldséglevés 7-10[1,9,(3)], Sajtos hal 7-10 [1,4,7], Petrezselymes rizs 7-10, Narancs		
		Energia: 742.12 Kcal / 3,102.06 KJ			Energia: 743.86 Kcal / 3,109.33 KJ			Energia: 703.63 Kcal / 2,941.17 KJ			Energia: 711.72 Kcal / 2,974.99 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		30.33 g	23.00 g	3.93 g	37.31 g	24.73 g	4.75 g	23.81 g	22.25 g	6.17 g	34.54 g	25.44 g	8.66 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
106.21 g	9.99 g	3.16 g	90.62 g	9.20 g	3.61 g	100.03 g	17.98 g	1.81 g	83.19 g	0.01 g	4.81 g		
1,3,7,9			1,3,7			1,3,9			1,4,7,9,(3)				

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök		
Ebéd	(00483) Gyermek Felső (11-14 év)	Nyírségi gombóclevés 11-14[1,7,9], Káposztás kocka 11-14[1,3], Körte			Csirkepörkölt mellből 11-14, Finomfőzelék 11-14 [1,7], Teljeskiőrlésű kenyér[1], Meggyes pite 1db 11-14[1,3,7]			Zabpelyhes húsgombóc 11-14[1,3], Paradicsom mártás 11-14[1,9], Főtt burgonya 11-14 , Alma			Zöldséglevés 11-14[1,9, (3)], Sajtos hal 11-14 [1,4,7], Petrezselymes rizs 11-14, Narancs		
		Energia: 806.72 Kcal / 3,372.09 KJ			Energia: 805.36 Kcal / 3,366.40 KJ			Energia: 775.95 Kcal / 3,243.47 KJ			Energia: 796.06 Kcal / 3,327.53 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		34.48 g	23.78 g	4.21 g	42.09 g	25.24 g	4.87 g	26.44 g	25.70 g	7.14 g	38.63 g	28.56 g	9.82 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
117.33 g	11.99 g	3.33 g	99.73 g	9.23 g	4.21 g	107.55 g	19.98 g	2.06 g	92.98 g	0.01 g	5.28 g		
1,3,7,9			1,3,7			1,3,9			1,4,7,9,(3)				
Uzsonna	(00482) Gyermek Alsós (7-10 év)	Trappista sajt[7,(1)], Margarin Light(7), Rozskenyér[1,(6)], Uborka (kígyó)			Gyümölcsle 100% 0,2l-es, Gesztenye Marcij[6, (5,8)]			Krémtúró, vaníliás[7], Keksz, Agiberia[1,(3,5,7)]			Sonkakrém házi 7-10 (1,6,7), Kifli korpás[1], Paradicsom kg		
		Energia: 296.36 Kcal / 1,238.78 KJ			Energia: 181.22 Kcal / 757.50 KJ			Energia: 266.54 Kcal / 1,114.14 KJ			Energia: 208.61 Kcal / 871.99 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		13.68 g	11.47 g	6.09 g	0.68 g	1.92 g	0.37 g	9.56 g	9.07 g	3.90 g	9.31 g	9.14 g	2.47 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
33.50 g	2.28 g	1.58 g	38.22 g	6.30 g	0.03 g	35.84 g	20.06 g	0.21 g	21.54 g	0.26 g	0.77 g		
1,7,(6)			6,(5),(8)			1,7,(3),(5)			1,(6),(7)				
(00483) Gyermek Felső (11-14 év)	Trappista sajt[7,(1)], Margarin Light(7), Rozskenyér[1,(6)], Uborka (kígyó)			Gyümölcsle 100% 0,2l-es, Gesztenye Marcij[6, (5,8)]			Krémtúró, vaníliás[7], Keksz, Agiberia[1,(3,5,7)]			Sonkakrém házi 11-14 (1,6,7), Kifli korpás[1], Paradicsom kg			
	Energia: 296.36 Kcal / 1,238.78 KJ			Energia: 181.22 Kcal / 757.50 KJ			Energia: 266.54 Kcal / 1,114.14 KJ			Energia: 248.22 Kcal / 1,037.56 KJ			
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
	13.68 g	11.47 g	6.09 g	0.68 g	1.92 g	0.37 g	9.56 g	9.07 g	3.90 g	10.45 g	13.00 g	3.54 g	
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
33.50 g	2.28 g	1.58 g	38.22 g	6.30 g	0.03 g	35.84 g	20.06 g	0.21 g	21.58 g	0.26 g	0.88 g		
1,7,(6)			6,(5),(8)			1,7,(3),(5)			1,(6),(7)				

.....
Élelmezésvezető

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

TOVÁBBI ALLERGÉN INFORMÁCIÓ: elelmezes@kornye.hu

