

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök		
Tízórai	(00482) Gyermek Alsós (7-10 év)	Citromos tea 7-10, Sajtos párizsi[7,(1,6)], Margarin Light(7), Félbarna kenyér [1], Jégcsapretek kg			Csipketea 7-10, Kenőmájás (allergénm), Félbarna kenyér[1], Uborka(kígyó)			Tej (friss)1,5%[7], Kakaós csiga			Tej (friss)1,5%[7], Sárgarépás margarin 7-10 (7), Rozskenyér[1,(6)]		
		Energia: 340.24 Kcal / 1,422.20 KJ			Energia: 293.20 Kcal / 1,225.58 KJ			Energia: 345.06 Kcal / 1,442.35 KJ			Energia: 283.22 Kcal / 1,183.86 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		11.65 g	13.15 g	4.35 g	11.16 g	8.96 g	3.98 g	6.80 g	3.00 g	1.63 g	11.88 g	6.03 g	2.36 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	43.55 g	8.99 g	2.26 g	41.58 g	8.99 g	2.05 g	10.60 g	0.00 g	-0.73 g	44.23 g	2.28 g	1.16 g	
	1,7,(6)			1			7			1,7,(6)			
	(00483) Gyermek Felső (11-14 év)	Citromos tea 11-14, Sajtos párizsi[7,(1,6)], Margarin Light(7), Félbarna kenyér[1], Jégcsapretek kg			Csipketea 11-14, Kenőmájás (allergénm), Félbarna kenyér[1], Uborka(kígyó)			Tej (friss)1,5%[7], Kakaós csiga			Tej (friss)1,5%[7], Sárgarépás margarin 11-14(7), Rozskenyér[1,(6)]		
		Energia: 394.39 Kcal / 1,648.55 KJ			Energia: 323.38 Kcal / 1,351.73 KJ			Energia: 345.06 Kcal / 1,442.35 KJ			Energia: 310.13 Kcal / 1,296.34 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
13.93 g		15.15 g	5.08 g	12.14 g	9.06 g	4.01 g	6.80 g	3.00 g	1.63 g	12.72 g	6.12 g	2.37 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
50.23 g	9.99 g	2.66 g	47.87 g	9.99 g	2.25 g	10.60 g	0.00 g	-0.73 g	49.75 g	2.66 g	1.29 g		
1,7,(6)			1			7			1,7,(6)				
Ebéd	(00482) Gyermek Alsós (7-10 év)	Karlábéleves 7-10[1,(3)], Halrudacska 7-10[4], Rizi-bizi 7-10, Körte			Sült krinolin 7-10 (1,6,7,10), Lencsefőzelék 7-10[1,7,10,(12)], Teljeskiőrlésű kenyér[1], Alma			Daragaluska leves 7-10 [1,3,9,(6,7,12)], Lecsós csirke 7-10, Tarhonya köret 7-10[1], Banán			Zöldborsóleves 7-10[1,9,(3)], Bolognai spagetti 7-10[1,7,(3,6,12)], Alma		
		Energia: 590.56 Kcal / 2,468.54 KJ			Energia: 715.08 Kcal / 2,989.03 KJ			Energia: 719.57 Kcal / 3,007.80 KJ			Energia: 771.97 Kcal / 3,226.83 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		27.36 g	16.57 g	1.89 g	33.16 g	28.15 g	7.99 g	35.32 g	18.37 g	2.45 g	33.65 g	30.11 g	9.88 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
81.96 g	0.01 g	2.16 g	80.35 g	1.20 g	3.64 g	101.74 g	0.05 g	4.55 g	89.75 g	1.40 g	3.69 g		
1,4,(3)			1,7,10,(6),(12)			1,3,9,(6),(7),(12)			1,7,9,(3),(6),(12)				

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök					
Ebéd	(00483) Gyermek Felső (11-14 év)	Karalábéleves 11-14[1, (3)], Halrudacska 11-14 [4], Rizi-bizi 11-14, Körte			Sült krinolin 11-14 (1,6,7,10), Lencsefőzelék 11-14[1,7,10,(12)], Teljeskiőrlésű kenyér[1], Alma			Daragaluska leves 11-14 [1,3,9,(6,7,12)], Lecsós csirke 11-14, Tarhonya köret 11-14[1], Banán			Zöldborsóleves 11-14 [1,9,(3)], Bolognai spagetti 11-14[1,7,(3,6,12)], Alma					
		Energia: 668.33 Kcal / 2,793.62 KJ			Energia: 797.65 Kcal / 3,334.18 KJ			Energia: 804.76 Kcal / 3,363.90 KJ			Energia: 898.54 Kcal / 3,755.90 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
		30.65 g	18.98 g	2.16 g	37.79 g	30.40 g	8.69 g	40.24 g	19.98 g	2.68 g	40.61 g	35.86 g	12.56 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
92.58 g	0.01 g	2.75 g	91.11 g	2.23 g	4.09 g	114.36 g	0.05 g	5.36 g	101.30 g	1.40 g	4.31 g					
			1,4,(3)				1,7,10,(6),(12)					1,3,9,(6),(7),(12)				1,7,9,(3),(6),(12)
Uzsonna	(00482) Gyermek Alsós (7-10 év)	Körözött, házi 7-10[7], Zsemle korpás[1], Zöldpaprika			Ivójoghurt 100 g[7], Gyümölcsszelet, Twiggy [1,7]			Csirkemell sonka (allergén), Margarin Light(7), Korpás kenyér[1, (6)], Paradicsom kg			Lenmagos kocka[1,7, (3,5,6,8,12,13)], Körte					
		Energia: 225.14 Kcal / 941.09 KJ			Energia: 188.55 Kcal / 788.14 KJ			Energia: 269.86 Kcal / 1,128.01 KJ			Energia: 227.69 Kcal / 951.74 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
		12.46 g	3.65 g	1.49 g	32.80 g	5.10 g	2.30 g	13.12 g	5.98 g	1.58 g	4.67 g	7.77 g	2.53 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
35.32 g	0.00 g	0.99 g	28.40 g	21.93 g	0.21 g	39.54 g	0.00 g	1.79 g	34.34 g	0.13 g	0.53 g					
			1,7				1,7					1,(6),(7)				1,7,(3),(5),(6),(8),(12),(13)
Uzsonna	(00483) Gyermek Felső (11-14 év)	Körözött,házi 11-14[7], Zsemle korpás[1], Zöldpaprika			Ivójoghurt 100 g[7], Gyümölcsszelet, Twiggy [1,7]			Csirkemell sonka (allergén), Margarin Light(7), Korpás kenyér[1, (6)], Paradicsom kg			Lenmagos kocka[1,7, (3,5,6,8,12,13)], Körte					
		Energia: 241.14 Kcal / 1,007.97 KJ			Energia: 188.55 Kcal / 788.14 KJ			Energia: 269.86 Kcal / 1,128.01 KJ			Energia: 211.79 Kcal / 885.28 KJ					
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv			
		14.12 g	4.46 g	1.93 g	32.80 g	5.10 g	2.30 g	13.12 g	5.98 g	1.58 g	4.55 g	7.68 g	2.53 g			
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só			
35.82 g	0.00 g	1.00 g	28.40 g	21.93 g	0.21 g	39.54 g	0.00 g	1.79 g	30.74 g	0.13 g	0.53 g					
			1,7				1,7					1,(6),(7)				1,7,(3),(5),(6),(8),(12),(13)

.....
Élelmezésvezető

AZ ÉTLAPVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

TOVÁBBI ALLERGÉN INFORMÁCIÓ: elelmezes@kornye.hu

