

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök
(00482) Gyermekek (7-14év) A menü		Gyümölcsstea erdei 0,3*, Sajtkrém lenmagvas*[7,11], Teljeskiőrlésű kenyér Isk[1]	Gyümölcs joghurt Epres[7], Kífi Isk [1]	Tej 1,5% Alf.[7], Főtt tojás isk *[3], Margarin Liga, Félbarna kenyér Isk[1]	Zöld tea, Szendvicskrém májas[7], Teljeskiőrlésű kenyér Isk[1], Jégcsapretek isk.
		Energia: 235.08 Kcal / 982.63 KJ	Energia: 270.94 Kcal / 1,132.53 KJ	Energia: 333.49 Kcal / 1,393.99 KJ	Energia: 227.03 Kcal / 948.99 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		6.61 g7.48 g4.25 g	10.58 g2.96 g1.05 g	16.26 g10.81 g3.86 g	10.33 g4.01 g0.39 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		28.90 g6.00 g0.29 g	50.17 g12.55 g0.82 g	42.27 g0.00 g0.59 g	31.00 g6.99 g0.15 g
		1,7,11	1,7	1,3,7	1,7
(00482) Gyermekek (7-14év) A menü		Karamellizált körteleves isk*[7], Zöldborsós csirkeragu isk[1], Párolt rizs isk*, Alma	Daragaluska isk[1,3], Sertés pörkölt isk*, Burgonyafőzelék joghurtos isk*[1,7], Teljeskiőrlésű kenyér Isk E[1]	Babgulyás isk*[1,3,9], Teljeskiőrlésű kenyér Isk E[1], Barackos gombóc *[1], Fahéjas szórás isk*	Sajtkrémleves isk[1,7], Levesgyöngy[1,(3,7,8)], Rántott csirkemell isk*[1,3,7], Petrezselymes burgonya isk*, Csemege uborka
		Energia: 829.05 Kcal / 3,465.43 KJ	Energia: 826.21 Kcal / 3,453.56 KJ	Energia: 942.69 Kcal / 3,940.44 KJ	Energia: 907.65 Kcal / 3,793.98 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		33.47 g23.38 g6.17 g	30.64 g38.88 g12.13 g	34.45 g23.91 g5.92 g	47.49 g31.77 g9.50 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		120.24 g7.89 g1.57 g	81.74 g0.00 g2.16 g	138.92 g24.01 g1.89 g	105.73 g1.42 g3.91 g
		1,7	1,3,7	1,3,9	1,3,7,(8)
(00494) Gyermekek 7-14 B menü		Karamellizált körteleves isk*[7], Bolognai halas ragu isk* [1,4], Tészta köret durum isk*[1], Reszelt sajt szórás *[7], Alma	Daragaluska leves isk*[1,3,9], Zöldbabfőzelék isk.*[1,7], Párolt csirkemell isk, Teljeskiőrlésű kenyér Isk E[1]	Babgulyás isk*[1,3,9], Teljeskiőrlésű kenyér Isk E[1], Piskótakocka 7 dkg[1,3], Csokoládésodó isk[7,(5)]	Sajtkrémleves isk[1,7], Levesgyöngy[1,(3,7,8)], Bácskai rizseshús isk*, Csalamádé[15,(10,12)]
		Energia: 822.08 Kcal / 3,436.29 KJ	Energia: 599.60 Kcal / 2,506.33 KJ	Energia: 855.73 Kcal / 3,576.95 KJ	Energia: 870.37 Kcal / 3,638.15 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		41.08 g17.37 g6.27 g	37.31 g16.72 g2.95 g	33.89 g28.03 g9.85 g	34.19 g42.23 g15.49 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		123.91 g12.61 g2.05 g	68.53 g0.62 g1.11 g	110.99 g36.30 g0.92 g	87.19 g6.89 g2.47 g
		1,4,7	1,3,7,9	1,3,7,9,(5)	1,7,15,(3),(8),(10),(12)
(00482) Gyermekek (7-14év) A menü		Felvágott Csirkemell sonka isk, Margarin Liga, Zsemle Isk [1], Kígyóborka isk.	Eidami sajt szelet isk[7], Margarin Liga, Félbarna kenyér Isk[1], Paprika isk.	Felvágott Zala isk*, Margarin Liga, Zsemle Isk [1], Paradicsom isk.	Croissant baconos[1,3,7]
		Energia: 271.84 Kcal / 1,136.29 KJ	Energia: 185.00 Kcal / 773.30 KJ	Energia: 318.88 Kcal / 1,332.92 KJ	Energia: 229.60 Kcal / 959.73 KJ
		FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav	FehérjeZsírT.Zsír-sav
		15.42 g5.05 g1.58 g	13.28 g12.73 g6.28 g	11.74 g10.12 g4.58 g	5.22 g14.45 g7.05 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		41.03 g0.00 g0.73 g	30.31 g0.00 g0.79 g	39.76 g0.00 g0.80 g	19.39 g0.00 g0.44 g
		1	1,7	1	1,3,7

.....

.....

.....

.....