



ISKOLA ÉTTEREM

Heti étlap 2020.10.26. - 2020.10.30.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
(00579) Szakiskola szünidei étk.Komló	Ebéd	Zellerleves, Mozzarella csirkemell, Hagymás törtburgonya, Céklasaláta	Daragaluskaleves, Pulykapaprikás, Tészta köret	Köménymaglevés, Vagdalt, Kelkáposztafőzelék, Tej.kiörl.zsemle, Banán	Paradicsom leves, Zöldséges hal, Párolt rizs	Becsinált leves, Aranygaluska, Vanília sodó, Alma										
		Energia: 778,64 Kcal / 3 254,72 KJ	Energia: 895,41 Kcal / 3 742,81 KJ	Energia: 1 040,40 Kcal / 4 348,87 KJ	Energia: 860,30 Kcal / 3 596,05 KJ	Energia: 1 107,04 Kcal / 4 627,43 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		49,70 g	26,54 g	8,93 g	37,30 g	38,84 g	7,65 g	34,82 g	45,40 g	10,79 g	30,09 g	26,65 g	3,70 g	41,35 g	43,92 g	11,50 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		82,82 g	9,08 g	4,81 g	95,61 g	0,09 g	3,07 g	110,04 g	0,41 g	3,55 g	123,12 g	20,45 g	3,13 g	135,07 g	35,64 g	2,22 g

..... Üzletvezet Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!