2021.JÚNIUS 7-13

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| K.V.A.menü Sárvár | Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek | Szombat | *Vasárnap* |
| Reggeli | Tej 2dlMargarin,miniTeljeskiőrlésű kenyér 1sz.Teljeskiőrlésű zsemle 1dbMedve sajt | KakaóMargarin,miniMini mézTeljeskiőrlésű kenyér 1sz.Kalács 1 sz. | TEj-2.5dlKifli 1 dbMargarin,miniTeljeskiőrlésű kenyér 1sz.Hajdú sajtkrém | TejeskávéMargarin,miniMustárTeljeskiőrlésű kenyér 1sz.VirsliZsemle 1 DB | KakaóMargarin,miniTeljeskiőrlésű kenyér 1sz.Teljeskiőrlésű zsemle 1dbPadlizsánkrém | TejeskávéMájkrémMargarin,miniTeljeskiőrlésű kenyér 1sz.Teljeskiőrlésű zsemle 1db | TejeskávéMargarin,miniTeljeskiőrlésű kenyér 2 sz.Tavaszi felvágott |
| *Allergének:* glutén, tej | *Allergének:* glutén, tej | *Allergének:* glutén, tej | *Allergének:* glutén, mustár, szójabab, tej | *Allergének:* glutén, tej | *Allergének:* glutén, tej | *Allergének:* glutén, tej |
| energia 521 kcal szénhidr.66,2gfehérje 21,9 g cukor 0 gzsír 17,5 g só 2,3 g | energia 805 kcal szénhidr.133,2gfehérje 25,6 g cukor 15gzsír 13,4 g só 1,1g | energia 593 kcal szénhidr.72,6 gfehérje 23,5 g cukor 0 gzsír 21,2 g só 3,1g | energia 761 kcal szénhidr. 82,6gfehérje29,9 g cukor 10,5 gzsír 29,9 g só 1,4 g | energia 647 kcal szénhidr.89,1gfehérje 22,3 g cukor 15,5gzsír 16,1 g só 2,3g | energia 675 kcal szénhidr.79,6 gfehérje 24,8 g cukor 10gzsír 24,5 g só 2,3g | energia 594 kcal szénhidr. 78,2gfehérje 22 g cukor 10gzsír 16,6 g só 3g |
| Tízórai |  |  |  |  |  |  |  |
| *Allergének:*  | *Allergének*:  | *Allergének*:  | *Allergének*:  | *Allergének*:  | *Allergének*:  | *Allergének*:  |
| energia kcal szénhidr. gfehérje g cukor gzsír g só g | energia kcal szénhidr. gfehérje g cukor gzsír g só g | energia kcal szénhidr. gfehérje g cukor gzsír g só g | energia kcal szénhidr. gfehérje g cukor gzsír g só g | energia kcal szénhidr. gfehérje g cukor gzsír g só g | energia kcal szénhidr. gfehérje g cukor gzsír g só g | energia       kcal szénhidr.      gfehérje       g zsír ZST7 gzsír g só g |
| Ebéd | Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.Vegyes zöldséglevesZöldbabfőzelékVagdalt | Abc.tészta levesRakottkáposzta | ZöldborsólevesTonhalas paradicsomos penne | HúslevesPiritott daraSültcsirkecomb/felső/Gyümölcsmártás | TojáslevesPároltrizsMajonézeshal | KaralábélevesSárgaborsófőzelék /ASülthús | CsontlevesPetrezselymes rizsPulykaraguEcetes uborka |
| *Allergének:* glutén, tej, tojások | *Allergének:* glutén, tej, tojások | *Allergének:* glutén, tojások | *Allergének:* glutén, tej, tojások | *Allergének:* glutén, tej, tojások | *Allergének:* glutén, tojások | *Allergének:* glutén, tej, tojások |
| energia 708 kcal szénhidr.73 gfehérje 26,9 g cukor 0 gzsír 27,5 g só 1,4 g | energia 630 kcal szénhidr. 42,7gfehérje 23,3 g cukor 0,1gzsír 29,4 g só 0,2g | energia 740 kcal szénhidr. 95,6gfehérje 30,8 g cukor 5,5 gzsír 20,2 g só 0,6 g | energia 766 kcal szénhidr.65,6 gfehérje 33,1 g cukor 20gzsír 25 g só 0,1g | energia 895 kcal szénhidr.94,7gfehérje 41,7 g cukor 0gzsír 36,9 g só0,3 g | energia 856 kcal szénhidr. 69,5gfehérje 43,8 g cukor 0,1gzsír 40,2 g só 0,7g | energia 783 kcal szénhidr. 88,5gfehérje 31,1 g cukor: 0,9gzsír 29,4 g só 0,5g |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!



|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek | Szombat | *Vasárnap* |
| Uzsonna | Almalé 2dl | Alma 15 dkg | Alma 15 dkg | Müzli szeletNarancs,mandarin | Alma 15 dkg | Kivi | Almalé 2dl |
| *Allergének:*  | *Allergének:*  | *Allergének:*  | *Allergének:*  | *Allergének:*  | *Allergének:*  | *Allergének:*  |
| energia 90 kcal szénhidr.22 gfehérje 0 g cukor 0 gzsír 0 g só 0 g | energia 46 kcal szénhidr.10,5 gfehérje 0,6 g cukor 0 gzsír 0 g só 0 g | energia 46 kcal szénhidr.10,5 gfehérje 0,6 g cukor 0 gzsír 0 g só 0 g | energia 155 kcal szénhidr.29,5 gfehérje 1,9 g cukor 0 gzsír 2,2 g só 0 g | energia 46 kcal szénhidr.10,5 gfehérje 0,6 g cukor 0 gzsír 0 g só 0 g | energia 47 kcal szénhidr.10,2 gfehérje 0,9 g cukor 0 gzsír 0 g só 0 g | energia 90 kcal szénhidr.22gfehérje0 g zsír ZSU7 gzsír 0 g só 0 g |
| Vacsora | TeaKígyó uborkaMájkrémTeljeskiőrlésű kenyér 2 sz. | TeaGombásfelvágottMargarin,miniTeljeskiőrlésű kenyér 2 sz.Paradicsom | TeaKígyó uborkaMargarin,miniTeljeskiőrlésű kenyér 2 sz.Pizza sonka |  TeaTeljeskiőrlésű kenyér 2 sz.ÚjhagymaHajdú körözött | TeaMargarin,miniTeljeskiőrlésű kenyér 2 sz.Főtt tojásParadicsom | TeaMargarin,miniTeljeskiőrlésű kenyér 1sz.LilahagymaSoproni felvágott | TeaMargarin,miniTeljeskiőrlésű kenyér 2 sz.ParadicsomTrapista sajt 5 dkg |
| *Allergének:* glutén | *Allergének:* glutén | *Allergének:* glutén | *Allergének:* glutén | *Allergének:* glutén, tojások | *Allergének:* glutén, mustár, szójabab | *Allergének:* glutén |
| energia 537 kcal szénhidr.70,9 gfehérje17,9 g cukor 10 gzsír 15,4 g só 2 g | energia 567 kcal szénhidr.70,7gfehérje 17 g cukor10 gzsír 7,9 g só 3,1 g | energia 460 kcal szénhidr.68,8gfehérje16,7 g cukor10 gzsír 8,9 g só2 g | energia 431 kcal szénhidr. 68,7gfehérje16,2 g cukor 10 gzsír 6 g só 2 g | energia 534 kcal szénhidr.69,7gfehérje16,4 g cukor 10gzsír 12 g só 2g | energia 376 kcal szénhidr.40,7gfehérje11,5 g cukor 10gzsír 17,6 g só 2,1g | energia 633 kcal szénhidr. 69,4gfehérje24 g cukor 10gzsír 20,2 g só 3,2g |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!