

ÉTLAP

2022.ÁPRILIS 25 - MÁJUS 1

K.V.A.menü Sárvár	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	Tejeskávé (7) Májkrém (1) Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Zsemle 1 DB energia 691 kcal szénhidr.85,5g fehérje 24,5 g cukor 10 g zsír 22,8 g só 1,1 g telített zsír 0 g	Kakaó (7) Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Kalács 1 sz. Medve sajt (7) energia 818 kcal szénhidr.117,5g fehérje 29,7 g cukor 15g zsír 19,6 g só 1,1g telített zsír0 g	Tej 2dl (7) Kifli 1 db (1,7) Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Padlizsánkrém (7) energia 497 kcal szénhidr.68,2 g fehérje17,7 g cukor 0 g zsír 13,1 g só 2,6g telített zsír 0 g	Tej 2dl (7) Margarin,mini Mustár (10) Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Teljeskiőrlésű zsemle 1db (1) ergia 608 kcal szénhidr.70,8g fehérje 24,9 g cukor 0,5 g zsír 22,4 g só 2,5 g telített zsír 0 g	Tejeskávé (7) Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Edámi sajt 3 dk (7) Zsemle 1 DB energia 630 kcal szénhidr.82,1g fehérje 25,3 g cukor 10g zsír 17,5 g só 1,7g telített zsír 0 g	Tej 3dl (7) Margarin,mini Mini méz Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) energia 587 kcal szénhidr.92,6 g fehérje 21,3 g cukor 0g zsír 11,7 g só 2,1g telített zsír 0 g	Tejeskávé (7) Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) Főtt tojás (3) energia 602 kcal szénhidr.81,4g fehérje 23,2 g cukor 10g zsír 15 g só 2,1g telített zsír 0 g
Tízórai	energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g telített zsír g	energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g telített zsír g	energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g telített zsír g	energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g telített zsír g	energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g telített zsír g	energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g telített zsír g	energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g telített zsír g
Ebéd	Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Reszelttésztales (1,3) Székelykáposzta (1,7) energia 778 kcal szénhidr.63,4 g fehérje 33,7 g cukor 0 g zsír 28,2 g só 1,2 g telített zsír 0 g	Zöldbableves (1,3) Ecetes uborka Tavaszi rizseshús csirkés energia 681 kcal szénhidr. 88,3g fehérje 32,6 g cukor 1g zsír 27,8 g só 0,5g telített zsír 0 g	Májgal.levés (1,3) Gránátos kocka (1,3) Csalamádé Energia 835 kcal szénhidr. 116,5g fehérje 22,7 g cukor 0 g zsír 24,8 g só 0,1 g telített zsír 0 g	Abc.tészta leves (1,3) Piritott dara (1) Sültcsirkecomb/felső/ Gyümölcsmártás almás (1,7) energia 1043 kcal szénhidr.108,3 g fehérje 39,6 g cukor 20g zsír 33,4 g só 0,1g telített zsír 0 g	Karfiollevés (1,3) Pároltrizs Sülhal (1) Ecetes uborka energia 961 kcal szénhidr.104,6g fehérje 39,3 g cukor 0,8g zsír 35,6 g só0,5 g telített zsír 0 g	Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) H.huslevés /A (1,3,7) Finomfőzelék (1) Köményessült Energia 815 kcal szénhidr. 90,4g fehérje 39,2 g cukor 0g zsír 28,7 g só 1,3g telített zsír 0 g	Zöldborsólevés (1,3) Szarvacskatészta (1,3) Tefflösszelet (1,7) energia 896 kcal szénhidr. 96,5g fehérje 40,6 g cukor: 0,2g zsír 34,9 g só 0,3g telített zsír 0 g

Allergének: 1-glutén, 2-rák, 3-tojások, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szójabab, 7-tej, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezám, 12-kén-dioxid, 13-csillagfűt, 14-puhatestűek
Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

ÉTLAP

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Uzsonna	Almalé 2dl energia 90 kcal szénhidr.22 g fehérje 0 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g telített zsír 0 g	Narancs,mandarin energia 103 kcal szénhidr.21,3 g fehérje 1,5 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g telített zsír 0 g	Kivi energia 47 kcal szénhidr.10,2 g fehérje 0,9 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g telített zsír 0 g	Alma 15 dkg energia 46 kcal szénhidr.10,5 g fehérje 0,6 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g telített zsír 0 g	Kivi energia 47 kcal szénhidr.10,2 g fehérje 0,9 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g telített zsír 0 g	Alma 15 dkg energia 46 kcal szénhidr.10,5 g fehérje 0,6 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g telített zsír 0 g	Narancs,mandarin energia 103 kcal szénhidr.21,3g fehérje1,5 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g telített zsír 0 g
Vacsora	Tea Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) Csem.rúd 5 dkg Póréhagyma energia 496 kcal szénhidr74,9 g fehérje 20,6 g cukor 10 g zsír 10,4 g só 3,3 g telített zsír 0 g	Tea Margarin,mini Párizsi5dkg (6) Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) Sárgarépa energia 542 kcal szénhidr73,5g fehérje 17,2 g cukor10 g zsír 17 g só 3,1 g telített zsír 0 g	Tea Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) Zalai fv.5 dkg energia 539 kcal szénhidr70,9g fehérje 18,8 g cukor 10 g zsír 17,2 g só 2,1 g telített zsír 0 g	Tea Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) Főtt tojás (3) Póréhagyma Energia 498 kcal szénhidr. 73,9g fehérje 17,5 g cukor 10 g zsír 12,2 g só 2,1 g telített zsír 0 g	Tea Retek Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) Körözött (7) Energia 526 kcal szénhidr74,7g fehérje 23,4 g cukor 10g zsír 9,7 g só 2,1g telített zsír 0 g	Tea Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) Újhagyma Hajdú sajtkrém energia 463 kcal szénhidr.74g fehérje 16 g cukor 10g zsír 9,2 g só 2,6g telített zsír 0 g	Tea Gépsonka/5 dkg (6) Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) energia 492 kcal szénhidr. 70,8g fehérje 22,3 g cukor 10g zsír 10,8 g só 3,9g telített zsír 0 g

Allergének: 1-glutén, 2-rák, 3-tojások, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szójabab, 7-tej, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezám, 12-kén-dioxid, 13-csillagfűrt, 14-puhatestűek
Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!