

ÉTLAP

2022.MÁJUS 23-29

K.V.A.menü Sárvár	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	Tea Margarin,mini Sonkás kockasajt (7) Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Teljeskiőrlésű zsemle 1db (1) energia 464 kcal szénhidr.71,1g fehérje 13,6 g cukor 10 g zsír 11,6 g só 2,3 g telített zsír 0 g	Tej 2dl (7) Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Kalács 1 sz. Mini méz A energia 658 kcal szénhidr.112g fehérje 21,8 g cukor 0g zsír 11,4 g só 1,1g telített zsír 0 g	Tej 3dl (7) Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Teljeskiőrlésű zsemle 1db (1) Padlizsánkrém (7) energia 566 kcal szénhidr.77 g fehérje21,6 g cukor 0 g zsír 14,4 g só 2,3g telített zsír 0 g	Tea Margarin,mini Párizsi3dkg (6) Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Zsemle 1 DB energia 466 kcal szénhidr.71,5g fehérje 14,2 g cukor 10 g zsír 12,2 g só 1,7 g telített zsír 0 g	Tej 2dl (7) Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Teljeskiőrlésű zsemle 1db (1) Főtt tojás (3) energia 529 kcal szénhidr.70,2g fehérje 22,8 g cukor 0g zsír 14,8 g só 2,3g telített zsír 0 g	Tejeskávé (7) Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) Edámi sajt 3 dk (7) energia 643 kcal szénhidr.81,7 g fehérje 25,7 g cukor 10g zsír 18,2 g só 2,7g telített zsír 0 g	Tej 2dl (7) Májkrém (1) Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) energia 641 kcal szénhidr.75g fehérje 24,9 g cukor 0g zsír 23,5 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	Tárkonyos zöldségleves (1) Tarhonya (1,3) Csirkeragu Csalamádé energia 666 kcal szénhidr.84,7 g fehérje 38,7 g cukor 0,5 g zsír 26,3 g só 0,1 g telített zsír 0 g	Főtt tojás (3) Rizsleves (1) Spenót (1,7) Burgonya 20dkg energia 717 kcal szénhidr. 83,5g fehérje 21,7 g cukor 0g zsír 21,4 g só 0g telített zsír 0 g	Húsgombócleves (1,3) Gránátos kocka (1,3) Ecetes uborka Energia 899 kcal szénhidr. 118,1g fehérje 31,3 g cukor 0,8 g zsír 28,1 g só 0,6 g telített zsír 0 g	Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Zöldségleves (1,3,9) Zöldbabfőzelék (1,7) Köményessült energia 692 kcal szénhidr.60,6 g fehérje 32,1 g cukor 0g zsír 29,7 g só 1,3g telített zsír 0 g	Paradicsomleves (1,3,9) Rizseshús Saláta energia 983 kcal szénhidr.122,6g fehérje 32,1 g cukor 35g zsír 33 g só0,2 g telített zsír 0 g	Tejfölös karfiollevés (1,3,7) Pesti paprikás (6) Ecetes uborka Energia 734 kcal szénhidr. 71g fehérje 19,9 g cukor 0,8g zsír 30 g só 1,9g telített zsír 0 g	Csontleves (1,3,7) Petrezselymes rizs Rozmaringos sültal Céklasavanyúság energia 846 kcal szénhidr. 100,3g fehérje 36,3 g cukor: 0,5g zsír 24,2 g só 0,9g 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!

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	Abonett gluténmentes kenyér Alma 16 dkg energia 101 kcal szénhidr.20,8 g fehérje 2,9 g cukor 0 g zsír 0,4 g só 0,2 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	Müzli szelet energia 81 kcal szénhidr.14,2 g fehérje 0,8 g cukor 0 g zsír 2,2 g só 0 g telített zsír 0 g	Alma 15 dkg energia 46 kcal szénhidr.10,5g fehérje0,6 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g telített zsír 0 g
Vacsora	Tea Retek kg Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) Gépsonka/ 2x 2,5 dkg (6) energia 455 kcal szénhidr71,4 g fehérje 23 g cukor 10 g zsír 5,9 g só 3,9 g telített zsír 0 g	Tea Kígyó uborka Májkrém (1) Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) energia 536 kcal szénhidr74,5g fehérje 18,2 g cukor10 g zsír 15,5 g só 2,1 g telített zsír 0 g	Tea Margarin,mini Tejfölös túró (7) Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) Lilahagyma energia 550 kcal szénhidr73,9g fehérje 23,1 g cukor 10 g zsír 15 g só 2,1 g telített zsír 0 g	Tea Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) Trapista sajt 5 dkg Energia 579 kcal szénhidr. 70,6g fehérje 24 g cukor 10 g zsír 20,2 g só 3,3 g telített zsír 0 g	Tea Retek kg Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) Hajdú sajtkrém Energia 472 kcal szénhidr74,7g fehérje 16,7 g cukor 10g zsír 9,3 g só 2,6g telített zsír 0 g	Tea Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) Pizza sonka Lilahagyma energia 459 kcal szénhidr.72,2g fehérje 17 g cukor 10g zsír 9 g só 2,1g telített zsír 0 g	Tej 2dl (7) Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) Újhagyma Zalai fv.5 dkg energia 553 kcal szénhidr. 71,4g fehérje 25,6 g cukor 0g zsír 15,2 g só 2,1g 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!