

ÉTLAP

2022.AUGUSZTUS 22-28

K.V.A.menü Sárvár	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	Tea Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) Trapista sajt 3 dkg energia 512 kcal szénhidr.70,5g fehérje 18,8 g cukor 10 g zsír 15 g só 2,8 g telített zsír 0 g	Kakaó (7) Margarin,mini Mini jam Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Kalács 1 sz. energia 821 kcal szénhidr.136,4g fehérje 25,5 g cukor 15g zsír 13,4 g só 1,1g telített zsír0 g	Tej 2dl (7) Margarin,mini Mustár (10) Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Teljeskiőrlésű zsemle 1db (1) energia 608 kcal szénhidr.70,8 g fehérje24,9 g cukor 0,5 g zsír 22,4 g só 2,5g telített zsír 0 g	Tejeskávé (7) Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) Főtt tojás (3) Paradicsom/sim Zsemle 1 DB ergia 771 kcal szénhidr.116,1g fehérje 29,2 g cukor 10 g zsír 15,6 g só 2,1 g telített zsír 0 g	Tea Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Teljeskiőrlésű zsemle 1db (1) Körözött (7) energia 535 kcal szénhidr.72,6g fehérje 22,5 g cukor 10g zsír 14,4 g só 2,3g telített zsír 0 g	Tej 2dl (7) Margarin,mini Sonkás kockasajt (7) Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) Paradicsom/sim energia 553 kcal szénhidr.76,8 g fehérje 21,7 g cukor 0g zsír 15,1 g só 2,1g telített zsír 0 g	Tejeskávé (7) Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) Edámi sajt 3 dk (7) energia 642 kcal szénhidr.81,6g fehérje 25,7 g cukor 10g zsír 18,2 g só 2,7g 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	Abc.tészta leves (1,3) Székelykáposzta (1,7) Fehér kenyér 1sz. energia 719 kcal szénhidr.57 g fehérje 32,7 g cukor 0 g zsír 27,4 g só 0,2 g telített zsír 0 g	Köményleves (1) Tavaszi rizseshus Paradicsomsaláta üvegházi energia 941 kcal szénhidr. 106,3g fehérje 34,2 g cukor 5,2g zsír 36,3 g só 0,2g telített zsír 0 g	Csontleves (1,3,7) Spagetti (1,3) Vadas /A (1,7) Energia 953 kcal szénhidr. 99,6g fehérje 41,2 g cukor 2 g zsír 34,8 g só 0,2 g telített zsír 0 g	Csurgatott tésztaleves (1,3,7) Pesti paprikás (6) Ecetes uborka energia 713 kcal szénhidr.73,2 g fehérje 20,2 g cukor 0,8g zsír 29,1 g só 1,9g telített zsír 0 g	Tárkonyos raguleves (1,3) Ízes derelye /A (1) energia 929 kcal szénhidr.117,9g fehérje 25,2 g cukor 0g zsír 23,8 g só0,7 g telített zsír 0 g	Karalábéleves (1,3) Savanyú burgonyafőzelék (1) Vagdalt (1,3) Energia 753 kcal szénhidr. 88,8g fehérje 27,4 g cukor 0,1g zsír 26,4 g só 0,3g telített zsír 0 g	Gombaleves /A (1,3) Pároltrizs Csalamádé Csirkepörkölt(f.comb filé) energia 817 kcal szénhidr. 98g fehérje 31,2 g cukor: 0,2g zsír 25,2 g só 0,1g 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-csillagfűt, 14-puhatestűek
Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

ÉTLAP

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Uzsonna	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	Dinnye energia 45 kcal szénhidr.10,8 g fehérje 0,9 g cukor 0 g zsír 0,3 g só 0 g telített zsír 0 g	Szilva energia 246 kcal szénhidr.13,2 g fehérje 0,7 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	Barack energia 172 kcal szénhidr.9 g fehérje 0,7 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g telített zsír 0 g	Szilva energia 246 kcal szénhidr.13,2 g fehérje 0,7 g cukor 0 g zsír 0 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 Kígyó uborka Margarin,mini Pizza sonka Fehér kenyér 2 sz energia 433 kcal szénhidr70,7 g fehérje 18,5 g cukor 10 g zsír 8,1 g só 0 g telített zsír 0 g	Tea Májkrém (1) Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Zöldpaprika energia 414 kcal szénhidr45,6g fehérje 13,2 g cukor10 g zsír 14,5 g só 1,1 g telített zsír 0 g	Tea Margarin,mini S.m. kockasajt natúr (7) Fehér kenyér 2 sz Paradicsom/sim energia 481 kcal szénhidr73,3g fehérje 17,5 g cukor 10 g zsír 12,8 g só 0 g telített zsír 0 g	Tea Kígyó uborka Margarin,mini Fehér kenyér 2 sz Tavaszi felvágott 2x2,5dkg Energia 469 kcal szénhidr. 70,4g fehérje 17,5 g cukor 10 g zsír 12,8 g só 1,1 g telített zsír 0 g	Tea Hajdú sajtkrém Fehér kenyér 2 sz Paradicsom/sim Energia 455 kcal szénhidr76,3g fehérje 18,4 g cukor 10g zsír 8,5 g só 0,5g telített zsír 0 g	Tea Margarin,mini Fehér kenyér 2 sz Sajtos párizsi (6,7) Zöldpaprika energia 537 kcal szénhidr.70,5g fehérje 19 g cukor 10g zsír 7,4 g só 0,1g telített zsír 0 g	Tea Kígyó uborka Margarin,mini Fehér kenyér 1sz. Zalai 2x2,5dk energia 362 kcal szénhidr. 39,8g fehérje 14,1 g cukor 10g zsír 15,6 g só 0g 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!