

ÉTLAP

2022.SZEPTEMBER 12-18

K.V.A.menü Sárvár	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	<p>Tej 3dl (7) Kifli 1 db (1,7) Margarin,mini Sonkás kockasajt (7) Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1)</p> <p>energia 555 kcal szénhidr.73,5g fehérje 23,3 g cukor 0 g zsír 16,4 g só 2,6 g telített zsír 0 g</p>	<p>Kakaó (7) Margarin,mini Mini jam Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Kalács 1 sz.</p> <p>energia 821 kcal szénhidr.136,4g fehérje 25,5 g cukor 15g zsír 13,4 g só 1,1g telített zsír0 g</p>	<p>Tea Margarin,mini Mustár (10) Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Teljeskiőrlésű zsemle 1db (1)</p> <p>energia 548 kcal szénhidr.70,2 g fehérje18,1 g cukor 10,5 g zsír 19,4 g só 2,5g telített zsír 0 g</p>	<p>Tejeskávé (7) Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Hajdú sajtkrém Zsemle 1 DB</p> <p>ergia 619 kcal szénhidr.85,1g fehérje 22,4 g cukor 10 g zsír 16,5 g só 1,5 g telített zsír 0 g</p>	<p>Tea Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Teljeskiőrlésű zsemle 1db (1) Főtt tojás (3)</p> <p>energia 469 kcal szénhidr.69,6g fehérje 16 g cukor 10g zsír 11,8 g só 2,3g telített zsír 0 g</p>	<p>Tea Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) Edámi sajt 3 dk (7)</p> <p>energia 520 kcal szénhidr.71 g fehérje 18,9 g cukor 10g zsír 15,2 g só 2,7g telített zsír 0 g</p>	<p>Tea Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) Olasz fv 3dkg</p> <p>energia 501 kcal szénhidr.70,8g fehérje 14,9 g cukor 10g zsír 15,3 g só 3,2g telített zsír 0 g</p>
Tízórai	<p>energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g telített zsír g</p>	<p>energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g telített zsír g</p>	<p>energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g telített zsír g</p>	<p>energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g telített zsír g</p>	<p>energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g telített zsír g</p>	<p>energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g telített zsír g</p>	<p>energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g telített zsír g</p>
Ebéd	<p>Raguleves (1,3) Káposztás kocka/A (1,3)</p> <p>energia 1044 kcal szénhidr.108,6 g fehérje 33,4 g cukor 3 g zsír 38,5 g só 0,1 g telített zsír 0 g</p>	<p>Főtt tojás (3) Rizsleves (1) Spenót (1,7) Burgonya 20dkg</p> <p>energia 717 kcal szénhidr. 83,5g fehérje 21,7 g cukor 0g zsír 21,4 g só 0g telített zsír 0 g</p>	<p>Reszelttésztalesves (1,3) Szarvacskaszerű (1,3) Ecetes uborka Csirkepörkölt(f.comb filé)</p> <p>Energia 831 kcal szénhidr. 88,9g fehérje 38,1 g cukor 1 g zsír 27,2 g só 0,5 g telített zsír 0 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Zöldségleves (1,3,9) Finomfőzelék (1) Teflonszelet</p> <p>energia 774 kcal szénhidr.90 g fehérje 39,1 g cukor 0g zsír 24,7 g só 1,3g telített zsír 0 g</p>	<p>Köményleves (gyöngy) (1) Petrezselymes rizs Reszeltmáj / Csirkemáj Csalamádé</p> <p>energia 810 kcal szénhidr.92,8g fehérje 12,7 g cukor 0,8g zsír 38,1 g só0,1 g telített zsír 0 g</p>	<p>Tejfölös karfiolleves (1,3,7) Pesti paprikás (6) Ecetes uborka</p> <p>Energia 734 kcal szénhidr. 71g fehérje 19,9 g cukor 0,8g zsír 30 g só 1,9g telített zsír 0 g</p>	<p>Daragal.levés (1,3) Tarhonya (1,3) Hentestokány /A</p> <p>energia 910 kcal szénhidr. 91,2g fehérje 40,6 g cukor: 0,7g zsír 36,6 g só 1g telített zsír 0 g</p>

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-csillagfű, 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	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	Szőlő energia 118 kcal szénhidr.27 g fehérje 1,5 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	Körte energia 52 kcal szénhidr.12 g fehérje 0,4 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 Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiórlésű kenyér 2 sz. (1) Gépsonka/ 2x 2,5 dkg (6) energia 492 kcal szénhidr70,8 g fehérje 22,3 g cukor 10 g zsír 10,8 g só 3,9 g telített zsír 0 g	Tea Fehér kenyér 2 sz Kenőmájas Paradicsom energia 486 kcal szénhidr72,1g fehérje 14,1 g cukor10 g zsír 2,9 g só 0,1 g telített zsír 0 g	Tea Tejfölös túró (7) Fehér kenyér 2 sz energia 479 kcal szénhidr72,3g fehérje 24,5 g cukor 10 g zsír 9,1 g só 0 g telített zsír 0 g	Tea Fehér kenyér 2 sz Paradicsom/sim Párizsi 2x 2,5dkg (6) Energia 470 kcal szénhidr. 73,6g fehérje 19,3 g cukor 10 g zsír 11 g só 1 g telített zsír 0 g	Tea Margarin,mini Fehér kenyér 2 sz Gombásfelvágott 2*2,5dkg Energia 487 kcal szénhidr70,3g fehérje 18,5 g cukor 10g zsír 7 g só 1,1g telített zsír 0 g	Tea Fehér kenyér 2 sz Zalai 2x2,5dk Zöldpaprika energia 509 kcal szénhidr.70,7g fehérje 20,9 g cukor 10g zsír 11,4 g só 0g telített zsír 0 g	Tea Fehér kenyér 2 sz Hajdú körözött energia 428 kcal szénhidr. 71,4g fehérje 18,5 g cukor 10g zsír 5,2 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!