

ÉTLAP

2022.SZEPTEMBER 26-30

| K.V.A.menü Sárvár | HÉTFŐ | KEDD | SZERDA | CSÜTÖRTÖK | PÉNTEK | SZOMBAT | VASÁRNAP |
|----------------------|--|--|--|--|--|---|---|
| Reggeli | <p>Tej 3dl (7) Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Teljeskiőrlésű zsemle 1db (1) Sajtosparizsi 3 dkg</p> <p>energia 577 kcal szénhidr.75,3g fehérje 24,3 g cukor 0 g zsír 12 g só 2,3 g telített zsír 0 g</p> | <p>Tej 2dl (7) Margarin,mini Mini jam Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Kalács 1 sz.</p> <p>energia 675 kcal szénhidr.115,2g fehérje 21,7 g cukor 0g zsír 11,4 g só 1,1g telített zsír0 g</p> | <p>Tea Kifli 1 db (1,7) Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Tömlős sajt sm 50g (7)</p> <p>energia 469 kcal szénhidr.68,3 g fehérje14 g cukor 10 g zsír 14,2 g só 2,6g telített zsír 0 g</p> | <p>Tejeskávé (7) Margarin,mini Sonkás kockasajt (7) Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Teljeskiőrlésű zsemle 1db (1)</p> <p>ergia 587 kcal szénhidr.81,7g fehérje 20,4 g cukor 10 g zsír 14,6 g só 2,3 g telített zsír 0 g</p> | <p>Tej 2dl (7) Kifli 1 db (1,7) Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Főtt tojás (3)</p> <p>energia 510 kcal szénhidr.66,7g fehérje 22,2 g cukor 0g zsír 15 g só 2,6g telített zsír 0 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> |
| 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>Zöldségleves (1,3,9) Toros káposzta (1) Fehér kenyér 1sz.</p> <p>energia 687 kcal szénhidr.55,5 g fehérje 32,7 g cukor 0 g zsír 24,6 g só 0,2 g telített zsír 0 g</p> | <p>Abc.tészta leves (1,3) Petrezselymes burgonya Vagdalt (1,3) Ecetes uborka</p> <p>energia 642 kcal szénhidr. 79,5g fehérje 25,9 g cukor 0,8g zsír 20,3g só 0,8g telített zsír 0 g</p> | <p>Zöldbableves (1,3) Milánói makaróni /A (1,3,7)</p> <p>Energia 861 kcal szénhidr. 86,3g fehérje 36,4 g cukor 1,2 g zsír 37,2 g só 1,3 g telített zsír 0 g</p> | <p>Rizsleves (1) Szárzababfőzelék /A (1) Virslí (6)</p> <p>energia 843 kcal szénhidr.74,7 g fehérje 33,7 g cukor 0,1g zsír 40,2 g só 0,6g telített zsír 0 g</p> | <p>Zöldborsóleves (1,3) Tarhonya (1,3) Lecsószelet</p> <p>energia 851 kcal szénhidr.88,9g fehérje 39,8 g cukor 0,4g zsír 33,8 g só0,3 g telített zsír 0 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> |

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 | Alma 16 dkg energia 50 kcal szénhidr.11,2 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 | 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 |
| Vacsora | Tea Kígyó uborka Margarin,mini Fehér kenyér 2 sz Gombásfelvágott 2*2,5dkg energia 487 kcal szénhidr70,3 g fehérje 18,5 g cukor 10 g zsír 7 g só 1,1 g telített zsír 0 g | Tea Tejfölös túró (7) Fehér kenyér 2 sz Zöldpaprika energia 521 kcal szénhidr73,8g fehérje 25,1 g cukor10 g zsír 9,3 g só 0 g telített zsír 0 g | Tea Fehér kenyér 2 sz Pizza sonka 2x2,5dkg Póréhagyma energia 406 kcal szénhidr73,8g fehérje 19,6 g cukor 10 g zsír 3,3 g só 0 g telített zsír 0 g | Tea Fehér kenyér 2 sz Tavaszi felvágott 2x2,5dkg Zöldpaprika Energia 466 kcal szénhidr. 71,9g fehérje 18,1 g cukor 10 g zsír 8 g só 1,1 g telített zsír 0 g | Tea Újhagyma Fehér kenyér 2 sz Párizsi 2x 2,5dkg (6) Energia 452 kcal szénhidr69,7g fehérje 18,4 g cukor 10g zsír 10,8 g só 1g telített zsír 0 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 |

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!