

ÉTLAP

2022.SZEPTEMBER 5-11

K.V.A.menü Sárvár	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	Tej 3dl (7) Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Teljeskiőrlésű zsemle 1db (1) Medve sajt (7) energia 588 kcal szénhidr.75,7g fehérje 24,9 g cukor 0 g zsír 17,7 g só 2,3 g telített zsír 0 g	Tej 2dl (7) Margarin,mini Mini méz Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Kalács 1 sz. energia 658 kcal szénhidr.112g fehérje 21,8 g cukor 0g zsír 11,4 g só 1,1g telített zsír0 g	Tea Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Teljeskiőrlésű zsemle 1db (1) Trapista sajt 3 dk energia 501 kcal szénhidr.69,3 g fehérje18,4 g cukor 10 g zsír 14,8 g só 3g telített zsír 0 g	Tejeskávé (7) Margarin,mini Mustár (10) Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) Virslí6dkg (6) ergia 681 kcal szénhidr.82g fehérje 25,3 g cukor 10,5 g zsír 22,6 g só 2,4 g telített zsír 0 g	Tej 3dl (7) Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. (1) Teljeskiőrlésű zsemle 1db (1) Tízórai pástétom energia 642 kcal szénhidr76,6g fehérje 25,2 g cukor 0g zsír 23,7 g só 2,3g telített zsír 0 g	Tea Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) Edámi sajt 3 dk (7) energia 520 kcal szénhidr71 g fehérje 18,9 g cukor 10g zsír 15,2 g só 2,7g 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) Csurgatott tésztaleves (1,3,7) Savanyú burgonyafőzelék (1) Teflonszelet energia 944 kcal szénhidr.104,5 g fehérje 38,4 g cukor 0,1 g zsír 34,9 g só 1,3 g telített zsír 0 g	Karfiollevés (1,3) Tarhonya (1,3) Borsos tokány Ecetes uborka energia 912 kcal szénhidr. 87,8g fehérje 39,7 g cukor 0,8g zsír 34 g só 0,6g telített zsír 0 g	Gulyáslevés /A (1,3) Mákos t. /A (1,3) Energia 938 kcal szénhidr. 132,7g fehérje 34,9 g cukor 0,2 g zsír 25 g só 0,1 g telített zsír 0 g	Főtt tojás (3) H.huslevés /A (1,3,7) Zöldborsó főzelék /A (1) Fehér kenyér 1sz. energia 661 kcal szénhidr.82,8 g fehérje 28,3 g cukor 0g zsír 21,1 g só 0g telített zsír 0 g	Vegyes zöldséglevés (1,3) Burgonya 20dkg Főtt hús Paradicsommártás (1) energia 724 kcal szénhidr.88g fehérje 32,2 g cukor 26,9g zsír 23,1 g só0,2 g telített zsír 0 g	Köménylevés (1) Tökfőzelék (1,7) Fehér kenyér 1sz. Virsli pörkölt (6) Energia 875 kcal szénhidr. 69,7g fehérje 22,3 g cukor 0,1g zsír 40,1 g só 0,2g telített zsír 0 g	Csontlevés (1,3,7) Petrezselymes rizs Sülthús Céklasavanyuság energia 775 kcal szénhidr. 96,1g fehérje 32,2 g cukor: 0,5g zsír 29,1 g só 1,1g 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!

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	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	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	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	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	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 Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. (1) Paradicsom/sim Sajtos párizsi (6,7) energia 539 kcal szénhidr74,5 g fehérje 17,8 g cukor 10 g zsír 8,4 g só 2,2 g telített zsír 0 g	Tea Fehér kenyér 2 sz Pizza sonka 2x2,5dkg energia 388 kcal szénhidr70,7g fehérje 18,5 g cukor10 g zsír 3,1 g só 0 g telített zsír 0 g	Tea Kígyó uborka Fehér kenyér 2 sz Kenőmájas energia 409 kcal szénhidr69g fehérje 13,3 g cukor 10 g zsír 2,7 g só 0,1 g telített zsír 0 g	Tea Fehér kenyér 2 sz SM körözött 5dkg Energia 418 kcal szénhidr. 72,9g fehérje 18 g cukor 13 g zsír 5,8 g só 0,8 g telített zsír 0 g	Tea Margarin,mini Csem.rúd 2x 2,5dkg Fehér kenyér 2 sz Energia 452 kcal szénhidr70,2g fehérje 21 g cukor 10g zsír 9,3 g só 1,2g telített zsír 0 g	Tea Margarin,mini Fehér kenyér 2 sz Paradicsom Zalai 2x2,5dk energia 589 kcal szénhidr.72,4g fehérje 21,1 g cukor 10g zsír 16,4 g só 0g telített zsír 0 g	Tea Fehér kenyér 2 sz Tömlős sajt sm 50g (7) Zöldpaprika energia 470 kcal szénhidr. 72,9g fehérje 17,1 g cukor 10g zsír 8,5 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!