

Heti étlap 2022.12.19. - 2022.12.23.

		hétfő			kedd			szerda		
Tízórai	(00145) Iskola	Vaníliás tej , Zsemle, Mogorókrém			Gyümölcs tea, Teljes kiőrlésű kenyér , Margarin, Toast sonka, Paradicsom			Citromos tea , Teljes kiőrlésű kenyér , Margarin, Paprika, Krásno Fűrdői Füstölt Sonka		
		Energia: 307,25 Kcal / 1 284,31 Kj			Energia: 225,55 Kcal / 942,80 Kj			Energia: 212,66 Kcal / 888,92 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		5,40 g	0,84 g	1,66 g	7,87 g	2,02 g	0,57 g	5,13 g	0,86 g	0,13 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
41,77 g	12,28 g	0,51 g	42,81 g	14,99 g	0,76 g	44,79 g	18,01 g	1,25 g		
1,6,7,8			1,(6),(7)			1				
Ebéd	(00145) Iskola	Kolbászos lencsleves, Túrós gombóc, Félbarna kenyér , Tejföl			Fahéjas szilvaleves, Penne tészta, Bolognai ragu, Trappista sajt			Zöldborsóleves , Tört burgonya, hagymás , Sertéssült, Sajtmártás		
		Energia: 684,13 Kcal / 2 859,66 Kj			Energia: 674,55 Kcal / 2 819,62 Kj			Energia: 506,52 Kcal / 2 117,25 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		20,22 g	25,08 g	7,22 g	25,37 g	22,02 g	5,56 g	35,44 g	17,33 g	9,44 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
88,85 g	20,08 g	4,30 g	91,40 g	8,39 g	4,00 g	75,56 g	0,00 g	5,94 g		
1,3,7,10,(5),(6),(8),(11), (12)			1,7,(12)			1,7,9,(12)				
Uzsonna	(00145) Iskola	Teljes kiőrlésű kenyér , Kenőmájas, Kígyóuborka			Sajos stangli			Túrós batyu		
		Energia: 183,75 Kcal / 768,08 Kj			Energia: 128,46 Kcal / 536,96 Kj			Energia: 192,36 Kcal / 804,06 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		7,36 g	5,00 g	1,80 g	5,67 g	2,60 g	1,49 g	4,72 g	10,80 g	3,29 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
26,50 g	0,00 g	1,02 g	20,45 g	0,00 g	0,00 g	18,85 g	5,00 g	0,39 g		
1,(6),(7),(10)			1,3,7			1,6,7,(3)				





Heti étlap 2022.12.19. - 2022.12.23.

FOODELICO Kft
6000 Kecskemét Tóth László sétány 2.

Bablinszki László
Főszakács

Szalontai Zsolt
Élelmezésvezető

