

# ÉTLAP

## 2019.JÚLIUS 22-28

K.V.A.menü Sárvár	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
<b>Reggeli</b>	<p>Tej 3dl Margarin,mini Sonkás kockasajt Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Teljeskiőrlésű zsemle <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 525 kcal szénhidr.69,6g fehérje 24,6 g cukor 0 g zsír 14 g só 2,3 g</p>	<p>Kakaó Mini méz Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Kalács 1 sz. Medve sajt <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 613 kcal szénhidr.82,8g fehérje 24,8 g cukor 15g zsír 13,7 g só 1,1g</p>	<p>TEJ-2.5dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Zalai 3dk Zsemle 1 DB <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 622 kcal szénhidr.73,1 g fehérje 27,3 g cukor 0 g zsír 20,7 g só 1,1g</p>	<p>Tejeskávé Kifli 1 db Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Padlizsánkrém <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 595 kcal szénhidr. 77,5g fehérje21,4 g cukor 10,5 g zsír 14,6 g só 2,6 g</p>	<p>Tej 3dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Teljeskiőrlésű zsemle 1db <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 593 kcal szénhidr.69,9g fehérje 30 g cukor 0g zsír 18,8 g só 2,3g</p>	<p>Tejeskávé Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 2 SZ. Trapista sajt 3 dkg Zöldpaprika <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 726 kcal szénhidr.76,1 g fehérje 32,5 g cukor 10g zsír 20,9 g só 2,7g</p>	<p>Tea Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 2 SZ. Aszpikos pulyka <i>Allergének:</i> glutén, szójabab</p> <p>energia 574 kcal szénhidr. 64,9g fehérje 25 g cukor 10g zsír 19,3 g só 3,1g</p>
<b>Tízórai</b>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g</p>
<b>Ebéd</b>	<p>Raguleves Káposztás kocka/A <i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 1275 kcal szénhidr.106,3 g fehérje 23,4 g cukor 3 g zsír 34,7 g só 0,1 g</p>	<p>Főtt tojás Rizsleves Spenót Burgonya 20dkg <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 706 kcal szénhidr. 84,5g fehérje 21,4 g cukor 0g zsír 21,3 g só 0g</p>	<p>Reszeltésztaleves Orsótészta Paradicsomsaláta Csirkepörkölt(f.comb filé) <i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 1251 kcal szénhidr. 102,7g fehérje 54 g cukor 5,2 g zsír 44,7 g só 0,1 g</p>	<p>Zöldségleves Zöldborsó főzelék /A Sültvirslis <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tojások, zeller</p> <p>energia 426 kcal szénhidr.48,8 g fehérje 16,7 g cukor 0g zsír 15,7 g só 0,2g</p>	<p>Köményleves (gyöngy) Petrezselymes rizs Rozmaringos sültihal <i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 859 kcal szénhidr.97,7g fehérje 35,6 g cukor 0g zsír 25,6 g só 0g</p>	<p>Zöldbableves Finomfőzelék Sültkolbász <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tojások</p> <p>energia 830 kcal szénhidr. 49,6g fehérje 28,2 g cukor 0g zsír 45,2 g só 3,2g</p>	<p>Daragal.leves Kagylótészta Ragu Paradicsomsaláta <i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 823 kcal szénhidr. 88,2g fehérje 19,5 g cukor: 5g zsír 24,9 g só 0,2g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

# JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

# ÉTLAP

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
<b>Uzsonna</b>	Alma 15 dkg <i>Allergének:</i> energia 46 kcal szénhidr.10,5 g fehérje 0,6 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g	Dinnye <i>Allergének:</i> energia 296 kcal szénhidr.16,7 g fehérje 0,5 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g	Barack <i>Allergének:</i> energia 172 kcal szénhidr.9 g fehérje 0,7 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g	Szilva <i>Allergének:</i> energia 0 kcal szénhidr.0 g fehérje 0 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g	Barack <i>Allergének:</i> energia 172 kcal szénhidr.9 g fehérje 0,7 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g	Alma 15 dkg <i>Allergének:</i> energia 46 kcal szénhidr.10,5 g fehérje 0,6 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g	Dinnye <i>Allergének:</i> energia 296 kcal szénhidr.16,7g fehérje0,5 g zsír ZSU7 g zsír 0 g só 0 g
<b>Vacsora</b>	Tea Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiórlésű kenyér 2 sz. Csem.rúd 5 dkg <i>Allergének:</i> glutén energia 478 kcal szénhidr.64,8 g fehérje18,4 g cukor 10 g zsír 9,4 g só 2,1 g	Tea Májkrém Teljeskiórlésű kenyér 2 sz. Paradicsom <i>Allergének:</i> glutén energia 649 kcal szénhidr.70,7g fehérje 24,7 g cukor10 g zsír 17,7 g só 2 g	Tea Kígyó uborka Tejfölös túró Teljeskiórlésű kenyér 2 sz. <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 567 kcal szénhidr.68,1g fehérje29,5 g cukor10 g zsír 12,4 g só2 g	Tea Margarin,mini Párizsi5dkg Teljeskiórlésű kenyér 2 sz. Zöldpaprika <i>Allergének:</i> glutén, szójabab energia 601 kcal szénhidr. 65,9g fehérje23,3 g cukor 10 g zsír 18,9 g só 3 g	Tea Teljeskiórlésű kenyér 2 sz. Hajdú sajtkrém Zöldpaprika <i>Allergének:</i> glutén energia 541 kcal szénhidr.68,6g fehérje22,4 g cukor 10g zsír 11,4 g só 2,4g	Tea Teljeskiórlésű kenyér 2 sz. Körözött Paradicsom <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 615 kcal szénhidr.70,3g fehérje29,7 g cukor 10g zsír 12,1 g só 2g	Tej 2dl Margarin,mini Sonkás kockasajt Teljeskiórlésű kenyér 2 sz. Zöldpaprika <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 549 kcal szénhidr. 65,7g fehérje24,2 g cukor 0g zsír 12,4 g só 2g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!