

Étlap

normál
2023.05.22. - 2023.05.28.



Nyomtatás: 2023.05.18. 5:48
Nyomtatta: Posztosné Pribék
Tünde

Kápolnásnyéki Vörösmarty Mihály Ált. Isk. és Gimn. - Felső

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő

05.22

Citromos tea
Zala felvágott
Delma margarin
Burgonyás kenyér

Tárkonyos halgaluskaleves
Darás metélt
Barack lekvár
Alma
Porcukor

Reszelt sajt
Delma margarin
Teljes kiőrlésű zsemle

Kedd

05.23

Forralt tej
Magyaros vajkrém
Kenyer félbarna szeletelt

Vajgaluska leves
Sült baromfivirslí
Tejfölös zöldbabfőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Körözött
Teljes kiőrlésű kenyér
Zöldpaprika

Szerda

05.24

Gyümölcs tea
Soproni felvágott
Delma margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Jégcsapretek

Paradicsomleves
Pirított csirkemáj
Főtt burgonya
Csemege uborka édesítő
szerekkel

Házi tojáskrém
Kenyer félbarna szeletelt
Lilahagyma

Csütörtök

05.25

Kakaó
Foszlós kalács

Magyaros zöldségleves
Savanyú vetrece
Bulgur

Csirkemell sonka
Delma margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Jégcsapretek

Péntek

05.26

Citromos tea
Kenőmájas
Kenyer félbarna szeletelt
Lilahagyma

Sütőtökrémleves
Csupgatott tészta
Rántott sertésborda
Párolt rizs
Mongolsaláta
édesítőszerekkel

Briós



JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

Az étlap esetleges változásáért elnézésüket kérjük!

Készült a VITÁL ERP 10 rendszerrel. Copyright © NYÁRÁDI Pénzügyi Tanácsadó Kft. (info@nyaradi.hu)

Étkezés / Menü	Hétfő 05.22	Kedd 05.23	Szerda 05.24	Csütörtök 05.25	Péntek 05.26
tízórai / A	Citromos tea (1;12;) Zala felvágott (9;10;) Delma margarin (7;) Burgonyás kenyér (1;6;7;)	Forrált tej (7;) Magyaros vajkrém (7;) Kenyer félbarna szeleteit (1;6;7;)	Gyümölcs tea (12;) Soproni felvágott (1;3;6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Tejles kiörlesű kenyér (1;6;8;11;) Jégcsapretek	Kakaó (1;5;6;7;8;) Foszlós kalács (1;3;6;7;)	Citromos tea (1;12;) Kenőmájás (9;10;) Kenyer félbarna szeleteit (1;6;7;) Lilahagyma (12;)
ebéd / A	Tárkonyos halgaluskaleves (1;3;4;6;7;9;10;12;13;) Darás metélt (1;3;) Barack lekvár (12;) Alma Porcukor	Vajgaluska leves (1;3;7;9;10;12;) Sült baromfivirslí (6;7;9;10;) Tejfölös zöldbabfőzelék (1;7;9;12;) Tejles kiörlesű kenyér (1;6;8;11;)	energia 1326,52 kJ, energia 317,32 kcal, fehérje 12,458 g, szénhidrát 42,969 g, zsír 10,492 g, telített zsírsav 3,29 g, élelmi rost 4,34 g, só 1,769 g, koleszterin 29,3 mg, hozzáadott cukor 6,993 g; Paradicsomleves (1;3;9;10;12;)	energia 1723,73 kJ, energia 412,316 kcal, fehérje 15,349 g, szénhidrát 63,162 g, zsír 10,708 g, telített zsírsav 4,664 g, élelmi rost 2,914 g, só 0,996 g, koleszterin 58,7 mg, hozzáadott cukor 11,888 g; Magyaros zöldségleves (1;3;9;10;12;)	energia 1331,27 kJ, energia 318,484 kcal, fehérje 12,113 g, szénhidrát 46,556 g, zsír 9,065 g, telített zsírsav 4,009 g, élelmi rost 4,563 g, só 2,232 g, koleszterin 67,2 mg, hozzáadott cukor 6,993 g; Sütőtökrémleves (1;6;7;8;10;12;)
uzsonna / A	Reszelt sajt (7;) Delma margarin (7;) Tejles kiörlesű zsemle (1;6;7;)	Körözött (1;5;6;7;8;9;10;) Tejles kiörlesű kenyér (1;6;8;11;) Zöldpaprika	energia 2642,92 kJ, energia 632,29 kcal, fehérje 27,802 g, szénhidrát 96,673 g, zsír 14,158 g, telített zsírsav 4,484 g, élelmi rost 9,604 g, só 4,594 g, koleszterin 466,2 mg, hozzáadott cukor 19,594 g; Házi tojáskrém (1;3;6;7;8;9;10;12;) Kenyer félbarna szeleteit (1;6;7;) Lilahagyma (12;)	energia 3274 kJ, energia 783,253 kcal, fehérje 28,355 g, szénhidrát 80,424 g, zsír 40,361 g, telített zsírsav 11,592 g, élelmi rost 13,191 g, só 2,262 g, koleszterin 71,64 mg, hozzáadott cukor 1,414 g; Csirkemell sonka (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Tejles kiörlesű kenyér (1;6;8;11;) Jégcsapretek	energia 4383,9 kJ, energia 1048,78 kcal, fehérje 33,175 g, szénhidrát 117,801 g, zsír 48,844 g, telített zsírsav 9,287 g, élelmi rost 4,691 g, só 4,869 g, koleszterin 135,319 mg, hozzáadott cukor 3,596 g; Briós (1;3;6;7;)