

| Újlak konyha | | Heti étlap 2018.09.24. - 2018.09.28. | | | | | | 253-0686 | | | | | | | | |
|-----------------------|-----------------|---|-----------------------|--------|--|-----------------------|--------|---|------------------------|--------|---|-----------------------|--------|--|---------|--------|
| | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
| Tízórai | | Citromos tea Zala felvágott Margarin Zsemle | | | Forralt tej Margarin Teljes kiőrlésű zsemle | | | Gyümölcstea Kockasajt Teljes kiőrlésű kifli | | | Tejescávé Margarin Teljes kiőrlésű zsemle | | | Citromos tea Kenőmájás Félbarna kenyér | | |
| | | Energia: 367,85 Kcal / 1 537,61 KJ | | | Energia: 279,76 Kcal / 1 169,40 KJ | | | Energia: 279,71 Kcal / 1 169,19 KJ | | | Energia: 211,39 Kcal / 883,61 KJ | | | Energia: 206,35 Kcal / 862,54 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 12,60 g | 18,10 g | 8,84 g | 11,34 g | 5,35 g | 2,23 g | 12,29 g | 7,60 g | 3,72 g | 8,70 g | 4,35 g | 1,63 g | 7,91 g | 4,81 g | 1,70 g |
| Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | | |
| 38,20 g 0,00 g 0,27 g | | | 46,60 g 8,10 g 0,15 g | | | 40,59 g 9,99 g 0,30 g | | | 35,20 g 0,99 g 0,17 g | | | 32,67 g 5,00 g 0,41 g | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Ebéd | Iskolás gyermek | Tárkonyos sertésraguleves Kakaószórat Tejbedara Alma | | | Lebbencsleves Piritott csirkemáj Főtt burgonya Vegyes vágott savanyúság | | | Zöldbableves Mexikói sertésragu Párolt rizs | | | Zellerleves Sertésfalatok Tököfzelék Félbarna kenyér | | | Sütőtök krémleves Levesgyöngy Rántott sertésszelet Petrezselymes burgonya Savanyúság | | |
| | | Energia: 683,60 Kcal / 2 859,25 KJ | | | Energia: 736,81 Kcal / 3 081,29 KJ | | | Energia: 716,05 Kcal / 2 993,09 KJ | | | Energia: 702,42 Kcal / 2 939,12 KJ | | | Energia: 751,11 Kcal / 3 143,44 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 34,47 g | 16,71 g | 4,72 g | 18,98 g | 19,82 g | 3,97 g | 22,66 g | 31,97 g | 7,77 g | 22,50 g | 27,93 g | 5,96 g | 18,85 g | 21,81 g | 6,76 g |
| Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | | |
| 93,63 g 1,00 g 1,43 g | | | 62,49 g 1,70 g 1,63 g | | | 80,79 g 2,99 g 1,87 g | | | 132,24 g 1,98 g 1,40 g | | | 74,17 g 3,00 g 1,38 g | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Uzsonna | | Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér | | | Sárgabaracklekvár Margarin Félbarna kenyér | | | Körözött Félbarna kenyér Újhagyma | | | Tojáskrém Félbarna kenyér Kígyóuborka | | | Gyümölcsös joghurt Teljes kiőrlésű kifli | | |
| | | Energia: 198,60 Kcal / 830,15 KJ | | | Energia: 222,35 Kcal / 929,42 KJ | | | Energia: 153,02 Kcal / 639,62 KJ | | | Energia: 197,42 Kcal / 825,22 KJ | | | Energia: 171,60 Kcal / 717,29 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 7,06 g | 6,03 g | 1,70 g | 7,18 g | 7,70 g | 0,01 g | 5,13 g | 1,27 g | 0,30 g | 6,65 g | 6,90 g | 0,60 g | 5,60 g | 3,15 g | 1,00 g |
| Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | Szénhidrát Cukor Só | | | | |
| 28,86 g 0,00 g 0,33 g | | | 31,08 g 0,00 g 0,28 g | | | 29,17 g 4,31 g 0,15 g | | | 27,03 g 0,00 g 0,33 g | | | 29,40 g 0,00 g 0,26 g | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |

.....
Élelmezésvezető