

Étlap (alsó tagozatosok 7-10 csak ebéd)

2018.10.01. - 2018.10.05

Hétfő

2018.10.01.

Kedd

2018.10.02

Szerda

2018.10.03

Csütörtök

2018.10.04

Péntek

2018.10.05

3 Ebéd

Gyümölcsleves

160 Kcal

A:=(Tej,Glutén)

Tarhonyás sertéshús

384 Kcal

A:=(Glutén,Tojás)

Káposzta saláta

64 Kcal

A:=()

BurgonyakréMLEVES

669 Kj

151 Kcal

A:=(Glutén,Tej,)

Zöldséges pulykatokány

1604 Kj

218 Kcal

A:=()

Párolt rizs

266 Kj

288 Kcal

A:=()

Alma

37 Kcal

A:=()

Májgaluska leves

632 Kj

108 Kcal

A:=(Glutén, Tojás)

Paprikás burgonya virslivel

910 Kj

392 Kcal

A:=()

Félbarna kenyér

1202 Kj

125 Kcal

A:=(Glutén)

156 Kj

Erőleves

450 Kj

80 Kcal

A:=(Glutén, Tojás)

Paradicsomos káposztafőzelék

1640 Kj

304 Kcal

A:=(Glutén,)

Sertéspörkölt

523 Kj

92 Kcal

A:=()

Félbarna kenyér

150 Kcal

A:=(Glutén,)

Zöldborsó leves

335 Kj

151 Kcal

A:=(Glutén, Tojás)

Csirke brassói

1272 Kj

499 Kcal

A:=()

Csemege uborka

383 Kj

8 Kcal

A:=()

629 Kj

2084 Kj

35 Kj

628 Kj

| | |
|---------------|------------|
| Energia | 2538,9 Kj |
| Energia | 607,4 Kcal |
| Zsír | 14,639 g |
| Fehérje | 22,208 g |
| Szénhidrát | 70,219 g |
| Só | 5,300 g |
| Cukor | 18,000 g |
| Koleszterin | 40,464 g |
| Telített zsír | 0,300 g |
| Transz-zsír | 0,000 g |

| |
|------------|
| 2900,4 Kj |
| 693,9 Kcal |
| 12,657 g |
| 32,959 g |
| 108,329 g |
| 2,800 g |
| 0,000 g |
| 41,200 g |
| 0,500 g |
| 0,000 g |

| |
|------------|
| 2612,8 Kj |
| 625,1 Kcal |
| 16,529 g |
| 30,860 g |
| 83,550 g |
| 4,000 g |
| 0,000 g |
| 67,200 g |
| 0,108 g |
| 0,000 g |

| |
|------------|
| 2616,7 Kj |
| 626,0 Kcal |
| 6,434 g |
| 21,885 g |
| 92,008 g |
| 9,500 g |
| 20,000 g |
| 37,214 g |
| 0,300 g |
| 0,000 g |

| |
|------------|
| 2748,3 Kj |
| 657,5 Kcal |
| 4,232 g |
| 42,627 g |
| 107,775 g |
| 3,300 g |
| 0,000 g |
| 15,600 g |
| 0,384 g |
| 0,000 g |

TALIZMÁN ÉTTEREM ÉS PANZIÓ
OLÁH GÁBORNÉ E.V.
3534 Miskolc, Vár u. 14.
Adószám: 66149439-2-25