

















Heti étlap 2021.02.01 - 2021.02.05

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek			
Reggeli	(00480) Gyermek (1-3 év) Bölcsi	Tej , Kockasajt, Zsemle	Citromos tea, Tonhalkrém, Fehér kenyér, Sárgarépa	Gyümölcslé , Szezámagos sajtkrém, Teljes kiőrlésű zsemle	Kakaó, Margarin, Teljes kiőrlésű kifli, Fejes saláta	Gyümölcs tea, Körözött , Teljes kiőrlésű kenyér, Lilahagyma			
		Energia: 328,35 Kcal / 1 372,50 KJ	Energia: 100,22 Kcal / 418,92 KJ	Energia: 421,95 Kcal / 1 763,75 KJ	Energia: 274,96 Kcal / 1 149,33 KJ	Energia: 137,46 Kcal / 574,58 KJ			
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav			
		15,22 g 10,98 g 6,15 g	8,14 g 4,39 g 1,14 g	1,44 g 3,84 g 2,11 g	8,93 g 8,11 g 3,51 g	4,72 g 2,60 g 1,40 g			
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só			
41,78 g 0,00 g 1,64 g	23,91 g 5,00 g 0,44 g	24,43 g 0,00 g 0,19 g	31,19 g 5,00 g 0,71 g	22,51 g 2,00 g 0,87 g					
									
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év) Bölcsi	Gyümölcs tea, Alma	Tej , Narancs	Tej , Kivi	Gyümölcs tea, Mandarin	Tej , Alma			
		Energia: 28,04 Kcal / 117,21 KJ	Energia: 141,28 Kcal / 590,55 KJ	Energia: 138,84 Kcal / 580,35 KJ	Energia: 34,09 Kcal / 142,50 KJ	Energia: 137,96 Kcal / 576,67 KJ			
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav			
		0,22 g 0,21 g 0,00 g	7,10 g 5,70 g 3,04 g	7,10 g 5,78 g 3,04 g	0,37 g 0,16 g 0,00 g	7,00 g 5,80 g 3,04 g			
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só			
5,97 g 2,00 g 0,01 g	14,85 g 0,00 g 0,23 g	13,99 g 0,00 g 0,23 g	7,37 g 2,00 g 0,00 g	14,10 g 0,00 g 0,24 g					
									
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év) Bölcsi	Zöldborsófőzelék , Sertés pörkölt	Zeller főzelék, Sertés sült	Tökfőzelék , Sült csirkemellcsíkok	Májgaluska leves , Spenót, Főtt tojás , Főtt burgonya fél adag	Sült sertéscsíkok sajtmártással, Hántolt árpa			
		Energia: 306,18 Kcal / 1 279,83 KJ	Energia: 268,48 Kcal / 1 122,25 KJ	Energia: 288,57 Kcal / 1 206,22 KJ	Energia: 391,44 Kcal / 1 636,22 KJ	Energia: 434,23 Kcal / 1 815,08 KJ			
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav			
		16,41 g 16,62 g 2,97 g	11,87 g 19,06 g 3,72 g	16,44 g 15,64 g 2,89 g	16,77 g 21,67 g 3,66 g	16,02 g 19,79 g 4,99 g			
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só			
22,21 g 0,00 g 1,12 g	11,57 g 0,00 g 1,70 g	19,97 g 0,03 g 1,88 g	31,57 g 0,00 g 1,67 g	45,24 g 0,00 g 0,78 g					

Heti étlap 2021.02.01 - 2021.02.05











		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év) Bölcsi					
Uzsonna	(00480) Gyermek (1-3 év) Bölcsi	Zala felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Retek, Ásványvíz	Póréhagymás vajkrém, Teljes kiőrlésű zsemle, Uborka , Ásványvíz	Gépsonka, Margarin, Fehér kenyér, Fejes saláta, Ásványvíz	Trappista sajt, Zsemle, Uborka , Ásványvíz	Csokipuding, Háztartási keksz, Ásványvíz
		Energia: 187,41 Kcal / 783,37 KJ	Energia: 338,51 Kcal / 1 414,97 KJ	Energia: 101,10 Kcal / 422,60 KJ	Energia: 225,43 Kcal / 942,30 KJ	Energia: 136,53 Kcal / 570,70 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		5,93 g 6,78 g 3,20 g	1,25 g 4,13 g 1,94 g	7,96 g 6,03 g 2,21 g	10,92 g 6,03 g 3,71 g	3,58 g 3,09 g 1,67 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
16,90 g 0,00 g 1,08 g	3,91 g 0,00 g 0,18 g	16,77 g 0,00 g 0,47 g	31,61 g 0,00 g 1,45 g	22,50 g 11,35 g 0,30 g		
						
						

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja !!!
 Bővebb tájékoztatás ezen a telefonszámokon kérhető: + 3630/817-0952, +3630/314-6453
www.rabakesz.hu

Heti étlap 2021.02.08 - 2021.02.12








		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Reggeli	(00480) Gyermek (1-3 év) Bölcsi	Tejeskávé, Kalács	Gyümölcslé , Sárgarépás túrókrém, Félbarna kenyér, Fejes saláta	Gyümölcs tea, Méz, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér	Tejbedara kakaóporral, Ásványvíz	Tej , Zöldfűszeres vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Retek										
		Energia: 149,61 Kcal / 625,37 KJ	Energia: 230,35 Kcal / 962,86 KJ	Energia: 177,40 Kcal / 741,53 KJ	Energia: 253,46 Kcal / 1 059,46 KJ	Energia: 239,76 Kcal / 1 002,20 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10,35 g	5,80 g	4,34 g	6,54 g	3,96 g	2,24 g	2,51 g	4,78 g	1,74 g	7,53 g	3,63 g	1,97 g	9,84 g	9,90 g	5,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
17,11 g	5,18 g	0,26 g	39,54 g	0,00 g	0,63 g	26,69 g	10,10 g	0,44 g	47,36 g	12,49 g	0,22 g	27,54 g	0,00 g	0,62 g		
																
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év) Bölcsi	Gyümölcslé , Alma	Tej , Kivi	Gyümölcslé , Narancs	Gyümölcs tea, Mandarin	Citromos tea, Alma										
		Energia: 105,10 Kcal / 439,32 KJ	Energia: 138,84 Kcal / 580,35 KJ	Energia: 108,42 Kcal / 453,20 KJ	Energia: 34,09 Kcal / 142,50 KJ	Energia: 39,90 Kcal / 166,78 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0,31 g	0,20 g	0,00 g	7,10 g	5,78 g	3,04 g	0,41 g	0,10 g	0,00 g	0,37 g	0,16 g	0,00 g	0,22 g	0,21 g	0,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
24,50 g	0,00 g	0,02 g	13,99 g	0,00 g	0,23 g	25,25 g	0,00 g	0,01 g	7,37 g	2,00 g	0,00 g	8,93 g	5,00 g	0,01 g		
																
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év) Bölcsi	Zöldbabfőzelék , Natúr sertésszelet	Húsgombócok paradicsom mártásban, Főtt burgonya fél adag	Karfiolfőzelék , Sült csirkemellcsíkok	Daragaluska leves, Brokkolifőzlék, Húsgombóc	Párolt halfilé, Burgonya köret, Csemege uborka										
		Energia: 348,77 Kcal / 1 457,86 KJ	Energia: 443,48 Kcal / 1 853,75 KJ	Energia: 325,08 Kcal / 1 358,83 KJ	Energia: 421,01 Kcal / 1 759,82 KJ	Energia: 324,52 Kcal / 1 356,49 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		18,11 g	17,69 g	4,04 g	12,82 g	22,74 g	5,02 g	17,64 g	17,73 g	3,13 g	16,60 g	18,12 g	5,93 g	12,08 g	14,54 g	3,00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
28,61 g	0,00 g	1,56 g	46,12 g	7,49 g	1,51 g	23,08 g	0,03 g	2,60 g	47,17 g	0,00 g	2,69 g	31,67 g	0,00 g	2,16 g		

Heti étlap 2021.02.08 - 2021.02.12











		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év) Bölcsi					
Uzsonna	(00480) Gyermek (1-3 év) Bölcsi	Sertés párizsi, Teljes kiőrlésű zsemle, Uborka, Ásványvíz	Tavaszi felvágott, Teljes kiőrlésű kifli, Retek, Ásványvíz	Kenőmájas, Zsemle, Sárgarépa, Ásványvíz	Trappista sajt, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Uborka, Ásványvíz	Gyümölcs joghurt, Kifli, Ásványvíz
		Energia: 343,17 Kcal / 1 434,45 KJ	Energia: 170,39 Kcal / 712,23 KJ	Energia: 222,72 Kcal / 930,97 KJ	Energia: 211,93 Kcal / 885,87 KJ	Energia: 294,57 Kcal / 1 231,30 KJ
		Fehérje 3,38 g Zsír 1,77 g T.Zsírsvav 1,39 g	Fehérje 7,33 g Zsír 3,45 g T.Zsírsvav 1,25 g	Fehérje 8,62 g Zsír 5,98 g T.Zsírsvav 2,68 g	Fehérje 8,29 g Zsír 10,42 g T.Zsírsvav 5,31 g	Fehérje 11,26 g Zsír 8,39 g T.Zsírsvav 4,62 g
		Szénhidrát 3,75 g Cukor 0,00 g Só 0,64 g	Szénhidrát 21,28 g Cukor 0,00 g Só 1,01 g	Szénhidrát 33,27 g Cukor 0,00 g Só 1,59 g	Szénhidrát 16,95 g Cukor 0,00 g Só 1,04 g	Szénhidrát 42,90 g Cukor 12,99 g Só 1,35 g
						

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja !!!
 Bővebb tájékoztatás ezen a telefonszámokon kérhető: + 3630/817-0952, +3630/314-6453
www.rabakesz.hu

Heti étlap 2021.02.15 - 2021.02.19








		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Reggeli	(00480) Gyermek (1-3 év) Bölcsi	Gyümölcs tea, Petrezselymes túrókrém, Fehér kenyér, Alma	Gyümölcslé , Sajtkrém, Kifli, Uborka	Tej , Tonhalkrém, Félbarna kenyér	Kakaó, Csirkemájkrém, Zsemle, Lilahagyma	Gyümölcs tea, Kőrözött , Teljes kiőrlésű kenyér, Fejes saláta
		Energia: 92,34 Kcal / 385,98 Kj	Energia: 257,53 Kcal / 1 076,48 Kj	Energia: 256,18 Kcal / 1 070,83 Kj	Energia: 283,13 Kcal / 1 183,48 Kj	Energia: 130,55 Kcal / 545,70 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		6,21 g 3,78 g 2,16 g	6,63 g 6,48 g 3,78 g	14,50 g 10,20 g 4,25 g	11,72 g 5,05 g 2,57 g	4,78 g 2,66 g 1,40 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
23,55 g 2,00 g 0,34 g	42,16 g 0,00 g 0,90 g	26,29 g 0,00 g 0,83 g	44,98 g 5,00 g 1,16 g	20,62 g 2,00 g 0,48 g		
						
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év) Bölcsi	Tej , Kivi	Gyümölcs tea, Narancs	Gyümölcs tea, Kivi	Gyümölcslé , Mandarin	Tej , Narancs
		Energia: 151,02 Kcal / 631,26 Kj	Energia: 31,36 Kcal / 131,08 Kj	Energia: 35,01 Kcal / 146,34 Kj	Energia: 111,15 Kcal / 464,61 Kj	Energia: 141,28 Kcal / 590,55 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		7,30 g 5,90 g 3,04 g	0,32 g 0,11 g 0,00 g	0,42 g 0,25 g 0,00 g	0,46 g 0,15 g 0,00 g	7,10 g 5,70 g 3,04 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
16,25 g 0,00 g 0,24 g	6,72 g 2,00 g 0,00 g	6,99 g 2,00 g 0,00 g	25,90 g 0,00 g 0,01 g	14,85 g 0,00 g 0,23 g		
						
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év) Bölcsi	Csirkemáj rizottó reszelt sajttal, Cékla	Zöldborsófőzelék , Csirkepörkölt	Főtt hús, Meggymártás , Piritott dara	Karalábefőzelék , Vagdalthús	Paradicsomleves, Sült csirkemellcsíkok, Sárgarépas burgonyapüré, Vegyes savanyúság
		Energia: 423,97 Kcal / 1 772,19 Kj	Energia: 370,94 Kcal / 1 550,53 Kj	Energia: 352,91 Kcal / 1 475,16 Kj	Energia: 370,27 Kcal / 1 547,73 Kj	Energia: 385,14 Kcal / 1 609,89 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		17,98 g 16,74 g 3,77 g	19,75 g 18,56 g 3,76 g	13,05 g 17,42 g 4,22 g	14,26 g 26,67 g 4,04 g	18,95 g 14,52 g 2,57 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só

Heti étlap 2021.02.15 - 2021.02.19





		49,60 g	4,00 g	1,29 g	30,56 g	0,00 g	1,37 g	35,09 g	1,50 g	1,35 g	23,50 g	0,00 g	2,08 g	42,04 g	5,03 g	2,67 g
																
Uzsonna	(00480) Gyermek (1-3 év) Bölcsi	Natúr vajkrém , Teljes kiőrlésű kifli, Fejes saláta, Ásványvíz			Sertés párizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Retek, Ásványvíz			Pulykamellsonka, Teljes kiőrlésű zsemle, Uborka , Ásványvíz			Magyaros vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Retek, Ásványvíz			Kefír, Kifli, Ásványvíz		
		Energia: 172,26 Kcal / 720,05 KJ			Energia: 181,04 Kcal / 756,75 KJ			Energia: 322,64 Kcal / 1 348,64 KJ			Energia: 86,91 Kcal / 363,28 KJ			Energia: 257,88 Kcal / 1 077,94 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		5,57 g	4,59 g	2,08 g	5,19 g	6,44 g	3,12 g	4,40 g	0,69 g	0,19 g	2,83 g	0,90 g	0,32 g	12,47 g	9,80 g	5,40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
20,95 g	0,00 g	0,61 g	16,82 g	0,00 g	1,04 g	4,55 g	0,00 g	0,61 g	16,77 g	0,00 g	0,49 g	29,65 g	0,00 g	1,46 g		
																

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja !!!
 Bővebb tájékoztatás ezen a telefonszámokon kérhető: + 3630/817-0952, +3630/314-6453
www.rabakesz.hu

Heti étlap 2021.02.22 - 2021.02.26

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	
Reggeli	(00480) Gyermek (1-3 év) Bölcsi	Tej , Sajtos rúd	Citromos tea, Tojáskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Lilahagyma	Gyümölcslé , Szezámagos sajtkrém, Fehér kenyér	Tejeskávé, Petrezselymes túrókrém, Teljes kiőrlésű zsemle, Lilahagyma	Gyümölcs tea, Sajtos párizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Fejes saláta	
		Energia: 304,25 Kcal / 1 271,77 Kj	Energia: 178,55 Kcal / 746,34 Kj	Energia: 132,57 Kcal / 554,14 Kj	Energia: 485,56 Kcal / 2 029,64 Kj	Energia: 197,59 Kcal / 825,93 Kj	
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	
		10,98 g 17,16 g 8,68 g	5,60 g 5,28 g 1,60 g	3,74 g 3,76 g 2,11 g	9,71 g 7,98 g 4,42 g	5,49 g 8,67 g 3,15 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
26,11 g 0,00 g 0,58 g	24,53 g 5,00 g 0,60 g	37,28 g 0,00 g 0,17 g	22,38 g 5,00 g 0,43 g	19,97 g 2,00 g 0,84 g			
							
Tízórai	(00480) Gyermek (1-3 év) Bölcsi	Gyümölcs tea, Narancs	Tej , Kivi	Tej , Mandarin	Tej , Alma	Tej , Kivi	
		Energia: 31,36 Kcal / 131,08 Kj	Energia: 144,93 Kcal / 605,81 Kj	Energia: 144,01 Kcal / 601,96 Kj	Energia: 137,96 Kcal / 576,67 Kj	Energia: 144,92 Kcal / 605,77 Kj	
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	
		0,32 g 0,11 g 0,00 g	7,20 g 5,84 g 3,04 g	7,15 g 5,75 g 3,04 g	7,00 g 5,80 g 3,04 g	7,20 g 5,84 g 3,04 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
6,72 g 2,00 g 0,00 g	15,12 g 0,00 g 0,23 g	15,50 g 0,00 g 0,23 g	14,10 g 0,00 g 0,24 g	15,12 g 0,00 g 0,23 g			
							
Ebéd	(00480) Gyermek (1-3 év) Bölcsi	Tarhonyáshús pulykacombból, Csemege uborka	Sütőtökfőzelék, Natúr sertésszelet	Burgonyafőzelék, Sült csirkemáj	Csontleves eperlevéllel , Finomfőzelék, Sertés pörkölt	Sült halfilé , Burgonyapüré, Csemege uborka	
		Energia: 265,79 Kcal / 1 111,00 Kj	Energia: 305,83 Kcal / 1 278,37 Kj	Energia: 356,17 Kcal / 1 488,79 Kj	Energia: 313,32 Kcal / 1 309,68 Kj	Energia: 289,86 Kcal / 1 211,61 Kj	
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	

Heti étlap 2021.02.22 - 2021.02.26

		13,85 g	11,05 g	1,70 g	14,99 g	15,26 g	2,95 g	15,92 g	19,54 g	3,52 g	15,76 g	15,35 g	2,75 g	12,45 g	11,33 g	2,35 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		27,39 g	0,00 g	1,51 g	26,66 g	0,00 g	1,24 g	28,33 g	0,00 g	1,61 g	27,48 g	0,00 g	2,58 g	31,45 g	0,00 g	2,04 g
																
Uzsonna	(00480) Gyermek (1-3 év) Bölcsi	Zöldséges felvágott, Teljes kiőrlésű zsemle, Jégsaláta, Ásványvíz			Kockasajt, Kifli, Retek, Ásványvíz			Csirkemell sonka, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Retek, Ásványvíz			Magyaros vajkrém, Félbarna kenyér, Uborka , Ásványvíz			Natur joghurt, Kifli, Narancs, Ásványvíz		
		Energia: 347,22 Kcal / 1 451,38 Kj			Energia: 193,08 Kcal / 807,07 Kj			Energia: 160,51 Kcal / 670,93 Kj			Energia: 86,82 Kcal / 362,91 Kj			Energia: 278,59 Kcal / 1 164,51 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		3,77 g	3,07 g	1,12 g	9,37 g	7,63 g	4,46 g	6,21 g	5,36 g	1,92 g	3,28 g	0,93 g	0,38 g	7,57 g	9,90 g	5,40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
5,16 g	0,00 g	0,58 g	21,51 g	0,00 g	1,46 g	17,62 g	0,00 g	1,01 g	16,23 g	0,00 g	0,41 g	33,90 g	0,00 g	1,46 g		
																

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja !!!
 Bővebb tájékoztatás ezen a telefonszámokon kérhető: + 3630/817-0952, +3630/314-6453
www.rabakesz.hu