
















Heti étlap 2021.02.01. - 2021.02.05.


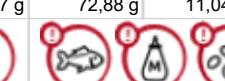
|   |  | hétfő   | kedd  | szerda  | csütörtök  | péntek  |
|---|--|---|---|---|--|---|
| <b>Tízórai</b>  | <b>(00481)<br/>Gyermek (4-6<br/>év) Ovi</b>  | Tej , Kockasajt,<br>Zsemle  | Citromos tea, Főtt<br>virslis, mustárral, Fehér<br>kenyér                             | Gyümölcslé , Sajtkrém,<br>Teljes kiőrlésű zsemle                                      | Kakaó, Margarin,<br>Teljes kiőrlésű kifli,<br>Fejes saláta   | Gyümölcs tea,<br>Körözött , Teljes<br>kiőrlésű kenyér,<br>Lilahagyma                  |
|   |  | Energia: 304,84 Kcal / 1 274,23 KJ  | Energia: 204,92 Kcal / 856,57 KJ  | Energia: 404,65 Kcal / 1 691,44 KJ  | Energia: 268,96 Kcal / 1 124,25 KJ                           | Energia: 177,70 Kcal / 742,79 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 8,38 g 4,74 g   | 13,67 g 6,12 g 3,42 g   | 1,49 g 5,11 g 2,99 g  | 10,27 g 5,88 g 2,51 g  | 6,30 g 4,52 g 2,58 g  |
|   |  | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só  | Szénhidrát Cukor Só   |
| 41,78 g 0,00 g 1,68 g   | 35,83 g 4,00 g 0,65 g  | 17,46 g 0,00 g 0,23 g   | 34,69 g 6,49 g 0,75 g   | 25,98 g 3,00 g 0,69 g   |  |   |
|    |    |    |    |    |  |   |
| <b>Ebéd</b>   | <b>(00481)<br/>Gyermek (4-6<br/>év) Ovi</b>  | Zöldborsóleves ,<br>Hentes tokány, Bulgur   | Zeller leves , Bakonyi<br>sertésszelet, Tészta<br>köret                               | Baromfi raguleves,<br>Burgonyás tészta,<br>Csemege uborka                             | Májgaluska leves ,<br>Vágottborsó főzelék,<br>Sertés pörkölt | Francia hagymaleves,<br>Fűszeres,sült<br>sertéscsík<br>sajtmártással, Hántolt<br>árpa |
|   |  | Energia: 496,26 Kcal / 2 074,37 KJ  | Energia: 519,70 Kcal / 2 172,35 KJ  | Energia: 581,85 Kcal / 2 432,13 KJ  | Energia: 538,29 Kcal / 2 250,05 KJ                           | Energia: 580,64 Kcal / 2 427,08 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   |
|   |  | 20,14 g 20,68 g 5,88 g  | 25,84 g 19,43 g 5,26 g  | 20,03 g 23,38 g 3,01 g  | 28,91 g 16,67 g 3,42 g                                       | 21,91 g 24,18 g 7,03 g  |
|   |  | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só  | Szénhidrát Cukor Só   |
| 59,69 g 0,00 g 2,12 g   | 59,45 g 0,00 g 3,44 g  | 71,41 g 0,00 g 3,19 g   | 59,25 g 0,00 g 2,45 g   | 62,79 g 0,00 g 1,95 g   |  |   |
|  |  |  |  |  |  |   |

### Heti étlap 2021.02.01. - 2021.02.05.






















|                |   | hétfő   | kedd   | szerda  | csütörtök   | péntek  |          |            |         |          |            |         |          |            |        |          |
|----------------|---|---|--|---|---|---|----------|------------|---------|----------|------------|---------|----------|------------|--------|----------|
| <b>Uzsonna</b> | <b>(00481)<br/>Gyermek (4-6<br/>év) Ovi</b> | Zala felvágott,<br>Margarin, Teljes<br>kiőrlésű kenyér, Retek                     | Póréhagymás vajkrém,<br>Teljes kiőrlésű zsemle,<br>Uborka                          | Gépsonka, Margarin,<br>Fehér kenyér, Fejes<br>saláta                                | Trappista sajt, Zsemle,<br>Uborka   | Csokipuding,<br>Háztartási keksz  |          |            |         |          |            |         |          |            |        |          |
|                |   | Energia: 195,77 Kcal / 818,32 KJ  | Energia: 351,08 Kcal / 1 467,51 KJ   | Energia: 106,08 Kcal / 443,41 KJ  | Energia: 263,79 Kcal / 1 102,64 KJ  | Energia: 240,12 Kcal / 1 003,70 KJ  |          |            |         |          |            |         |          |            |        |          |
|                |   | Fehérje   | Zsír   | T.Zsírsv  | Fehérje   | Zsír  | T.Zsírsv | Fehérje    | Zsír    | T.Zsírsv | Fehérje    | Zsír    | T.Zsírsv | Fehérje    | Zsír   | T.Zsírsv |
|                |   | 7,72 g  | 6,29 g   | 3,35 g  | 1,43 g  | 5,34 g  | 2,52 g   | 12,49 g    | 5,31 g  | 1,89 g   | 13,79 g    | 8,85 g  | 5,50 g   | 6,03 g     | 4,09 g | 2,16 g   |
|                |   | Szénhidrát  | Cukor  | Só  | Szénhidrát  | Cukor   | Só       | Szénhidrát | Cukor   | Só       | Szénhidrát | Cukor   | Só       | Szénhidrát | Cukor  | Só       |
| 17,38 g        | 0,00 g                                      | 1,23 g  | 4,14 g   | 0,00 g  | 0,08 g  | 27,89 g   | 0,00 g   | 0,50 g     | 31,94 g | 0,00 g   | 1,59 g     | 42,00 g | 15,97 g  | 0,44 g     |        |          |
|                |   |  |  |  |  |  |          |            |         |          |            |         |          |            |        |          |

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

Heti étlap 2021.02.08. - 2021.02.12.






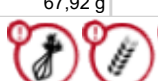




|   |  | hétfő   | kedd  | szerda  | csütörtök  | péntek  |
|---|--|---|---|---|--|---|
| <b>Tízórai</b>  | <b>(00481) Gyermek (4-6 év) Ovi</b>  | Tejeskávét, Kalács  | Gyümölcsle, Sárgarépás túrókrém, Félbarna kenyér, Fejes saláta                        | Gyümölcs tea, Méz, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér                                   | Tejbedara kakaóporral, Ásványvíz                         | Tej, Zöldfűszeres vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Retek                      |
|   |  | Energia: 135,10 Kcal / 564,72 KJ  | Energia: 218,86 Kcal / 914,83 KJ  | Energia: 161,90 Kcal / 676,74 KJ  | Energia: 301,17 Kcal / 1 258,89 KJ                       | Energia: 238,15 Kcal / 995,47 KJ  |
|   |  | Fehérje Zsír T.Zsírsv   | Fehérje Zsír T.Zsírsv   | Fehérje Zsír T.Zsírsv   | Fehérje Zsír T.Zsírsv                                    | Fehérje Zsír T.Zsírsv   |
|   |  | 11,53 g 3,27 g 3,36 g   | 7,45 g 4,92 g 2,79 g  | 2,50 g 3,27 g 1,17 g  | 9,79 g 3,03 g 1,65 g                                     | 10,21 g 9,32 g 4,56 g   |
|   |  | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só                                      | Szénhidrát Cukor Só   |
| 19,10 g 6,73 g 0,31 g   | 33,52 g 0,00 g 0,73 g  | 27,60 g 11,10 g 0,41 g  | 58,32 g 12,99 g 0,28 g  | 28,08 g 0,00 g 0,69 g   |  |   |
|    |    |    |    |    |  |   |
| <b>Ebéd</b>   | <b>(00481) Gyermek (4-6 év) Ovi</b>  | Zöldbableves, Brassói aprópecsenye, Párolt barna rizs, Vegyes savanyúság              | Hamis gulyásleves, Vadas csirkemell, Tarhonya köret                                   | Becsinált leves, Túrós batyu, Narancs   | Daragaluska leves, Brokkolifőzlek, Húsgombóc             | Fahéjas almaleves, Szezámagos rántott halfilé, Burgonya köret, Csemege uborka |
|   |  | Energia: 539,28 Kcal / 2 254,19 KJ  | Energia: 591,56 Kcal / 2 472,72 KJ  | Energia: 533,48 Kcal / 2 229,95 KJ  | Energia: 515,37 Kcal / 2 154,25 KJ                       | Energia: 500,04 Kcal / 2 090,17 KJ  |
|   |  | Fehérje Zsír T.Zsírsv   | Fehérje Zsír T.Zsírsv   | Fehérje Zsír T.Zsírsv   | Fehérje Zsír T.Zsírsv                                    | Fehérje Zsír T.Zsírsv   |
|   |  | 18,22 g 24,42 g 6,50 g  | 23,24 g 22,99 g 4,11 g  | 21,28 g 21,66 g 5,87 g  | 20,00 g 19,55 g 6,13 g                                   | 22,54 g 12,49 g 2,71 g  |
|   |  | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só                                      | Szénhidrát Cukor Só   |
| 60,91 g 0,00 g 2,79 g   | 71,76 g 3,25 g 2,91 g  | 59,84 g 7,99 g 1,26 g   | 63,89 g 0,00 g 3,17 g   | 72,88 g 11,04 g 3,28 g  |  |   |
|  |  |  |  |  |  |   |
| <b>Uzsonna</b>  | <b>(00481) Gyermek (4-6 év) Ovi</b>  | Sertés párizsi, Teljes kiőrlésű zsemle, Uborka  | Tavaszi felvágott, Teljes kiőrlésű kifli, Retek                                       | Kenőmáj, Magos zsemle, Sárgarépa  | Trappista sajt, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Uborka | Gyümölcs joghurt, Kifli   |
|   |  | Energia: 365,66 Kcal / 1 528,46 KJ  | Energia: 191,64 Kcal / 801,06 KJ  | Energia: 278,50 Kcal / 1 164,13 KJ  | Energia: 231,23 Kcal / 966,54 KJ                         | Energia: 294,57 Kcal / 1 231,30 KJ  |
|   |  | Fehérje Zsír T.Zsírsv   | Fehérje Zsír T.Zsírsv   | Fehérje Zsír T.Zsírsv   | Fehérje Zsír T.Zsírsv                                    | Fehérje Zsír T.Zsírsv   |
|   |  | 4,67 g 5,60 g 2,07 g  | 8,60 g 4,94 g 1,80 g  | 10,84 g 8,56 g 3,32 g   | 11,15 g 11,74 g 6,53 g                                   | 11,26 g 8,39 g 4,62 g   |
|   |  | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só                                      | Szénhidrát Cukor Só   |
|   |  |   |   |   |  |   |

### Heti étlap 2021.02.08. - 2021.02.12.






|  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|--|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|  |  | 3,94 g  | 0,00 g  | 0,76 g  | 21,96 g   | 0,00 g  | 1,13 g  | 39,08 g   | 0,00 g  | 1,81 g  | 17,26 g   | 0,00 g  | 1,15 g  | 42,90 g   | 12,99 g   | 1,25 g  |   |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |   |   |   |   |   |   |  |  |   |   |   |   |  |  |  |   |

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

Heti étlap 2021.02.15. - 2021.02.19.










|   |  | hétfő   | kedd  | szerda  | csütörtök                                      | péntek   |
|---|--|---|---|---|--|--|
| <b>Tízórai</b>  | <b>(00481) Gyermek (4-6 év) Ovi</b>  | Gyümölcs tea, Petrezselymes túrókrém, Fehér kenyér, Alma                              | Gyümölcsle , Sajtkrém, Kifli, Uborka  | Tej , Tonhalkrém, Félbarna kenyér   | Kakaó, Csirkemájkrém, Zsemle, Lilahagyma       | Gyümölcs tea, Kőrözött , Teljes kiőrlésű kenyér, Fejes saláta                              |
|   |  | Energia: 128,32 Kcal / 536,38 Kj  | Energia: 240,81 Kcal / 1 006,59 Kj  | Energia: 232,67 Kcal / 972,56 Kj  | Energia: 320,93 Kcal / 1 341,49 Kj             | Energia: 166,17 Kcal / 694,59 Kj   |
|   |  | Fehérje Zsír T.Zsírsv   | Fehérje Zsír T.Zsírsv   | Fehérje Zsír T.Zsírsv   | Fehérje Zsír T.Zsírsv                          | Fehérje Zsír T.Zsírsv  |
|   |  | 9,02 g 4,84 g 2,72 g  | 6,86 g 7,65 g 4,47 g  | 14,50 g 7,60 g 2,84 g   | 14,38 g 5,09 g 2,53 g                          | 6,40 g 4,62 g 2,58 g   |
| Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só  | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   |  |  |
| 38,35 g 3,00 g 0,47 g   | 35,39 g 0,00 g 0,93 g  | 26,29 g 0,00 g 0,87 g   | 50,42 g 6,49 g 1,32 g   | 22,83 g 3,00 g 0,70 g   |  |  |
|    |    |    |    |    |  |  |
| <b>Ebéd</b>   | <b>(00481) Gyermek (4-6 év) Ovi</b>  | Magyaros burgonyaleves, Csirkemáj rizottó reszelt sajttal, Cékla                      | Fokhagymakrémleves, Temesvári sertésszelet, Hántolt árpa                              | Húsgombóclevés, Lekváros derelye, Kivi  | Gombaleves, Kelkáposzta főzelék , Fasirt golyó | Bazsalikomos paradicsomleves , Sült csirkemell, Sárgarépás burgonyapüré, Vegyes savanyúság |
|   |  | Energia: 602,48 Kcal / 2 518,37 Kj  | Energia: 514,53 Kcal / 2 150,74 Kj  | Energia: 527,74 Kcal / 2 205,95 Kj  | Energia: 493,90 Kcal / 2 064,50 Kj             | Energia: 558,67 Kcal / 2 335,24 Kj   |
|   |  | Fehérje Zsír T.Zsírsv   | Fehérje Zsír T.Zsírsv   | Fehérje Zsír T.Zsírsv   | Fehérje Zsír T.Zsírsv                          | Fehérje Zsír T.Zsírsv  |
|   |  | 23,51 g 25,76 g 4,90 g  | 23,04 g 18,69 g 5,79 g  | 15,97 g 23,03 g 10,79 g   | 24,74 g 27,77 g 6,30 g                         | 25,80 g 15,84 g 3,08 g   |
| Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só  | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   |  |  |
| 67,92 g 5,19 g 2,25 g   | 62,80 g 0,00 g 2,13 g  | 95,62 g 12,36 g 2,16 g  | 63,98 g 0,00 g 3,07 g   | 74,02 g 12,01 g 3,12 g  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

### Heti étlap 2021.02.15. - 2021.02.19.

|                |   | hétfő   | kedd   | szerda  | csütörtök   | péntek  |        |            |         |        |            |         |        |            |        |        |
|----------------|---|---|--|---|---|---|--------|------------|---------|--------|------------|---------|--------|------------|--------|--------|
| <b>Uzsonna</b> | <b>(00481) Gyermek<br/>(4-6 év) Ovi</b> | Natúr vajkrém , Teljes kiőrlésű kifli, Fejes saláta                               | Sertés párizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Retek                            | Pulykamellsonka, Teljes kiőrlésű zsemle, Uborka                                     | Magyaros vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Retek                                     | Kefír, Kifli  |        |            |         |        |            |         |        |            |        |        |
|                |   | Energia: 175,56 Kcal / 733,84 KJ  | Energia: 186,21 Kcal / 778,36 KJ   | Energia: 334,86 Kcal / 1 399,71 KJ  | Energia: 89,82 Kcal / 375,45 KJ   | Energia: 257,88 Kcal / 1 077,94 KJ  |        |            |         |        |            |         |        |            |        |        |
|                |   | Fehérje   | Zsír   | T.Zsír  | Fehérje   | Zsír  | T.Zsír | Fehérje    | Zsír    | T.Zsír | Fehérje    | Zsír    | T.Zsír | Fehérje    | Zsír   | T.Zsír |
|                |   | 5,85 g  | 4,65 g   | 2,08 g  | 6,61 g  | 8,78 g  | 3,23 g | 6,20 g     | 0,98 g  | 0,28 g | 3,07 g     | 0,92 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     |
| 21,35 g        | 0,00 g                                  | 0,52 g  | 17,26 g  | 0,00 g  | 1,16 g  | 5,14 g  | 0,00 g | 0,72 g     | 17,21 g | 0,00 g | 0,42 g     | 29,65 g | 0,00 g | 1,36 g     |        |        |
|                |   |  |  |  |  |  |        |            |         |        |            |         |        |            |        |        |

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

Heti étlap 2021.02.22. - 2021.02.26.

|                       |                                 | hétfő   | kedd   | szerda  | csütörtök   | péntek  |
|-----------------------|---------------------------------|---|--|---|---|---|
| Tízórai               | (00481)<br>Gyermek (4-6 év) Ovi | Tej , Sajtos rúd  | Citromos tea,<br>Tojáskrém, Teljes kiőrlésű kenyér,<br>Lilahagyma                    | Gyümölcslé ,<br>Szezámagos sajtkrém, Fehér kenyér                                     | Tejeskávé,<br>Petrezselymes túrókrém, Teljes kiőrlésű zsemle,<br>Lilahagyma           | Gyümölcs tea, Sajtos párizsi, Margarin,<br>Teljes kiőrlésű kenyér,<br>Fejes saláta    |
|                       |                                 | Energia: 280,74 Kcal / 1 173,49 Kj  | Energia: 203,40 Kcal / 850,21 Kj   | Energia: 124,50 Kcal / 520,41 Kj  | Energia: 510,63 Kcal / 2 134,43 Kj  | Energia: 209,36 Kcal / 875,12 Kj  |
|                       |                                 | Fehérje Zsír T.Zsírsv   | Fehérje Zsír T.Zsírsv  | Fehérje Zsír T.Zsírsv   | Fehérje Zsír T.Zsírsv   | Fehérje Zsír T.Zsírsv   |
|                       |                                 | 10,98 g 14,56 g 7,27 g  | 6,69 g 6,79 g 2,07 g   | 5,96 g 5,39 g 3,04 g  | 11,75 g 7,60 g 4,34 g   | 7,06 g 9,12 g 3,28 g  |
|                       |                                 | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só  | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   |
| 26,11 g 0,00 g 0,62 g | 25,48 g 4,00 g 0,67 g           | 41,07 g 0,00 g 0,25 g   | 26,47 g 6,49 g 0,72 g  | 21,67 g 3,00 g 1,01 g   |   |   |
|                       |                                 |    |    |    |    |    |
| Ebéd                  | (00481)<br>Gyermek (4-6 év) Ovi | Karfiollevés ,<br>Tarhonyáshús pulykacombból,<br>Csemege uborka                     | Lestyános Karalábélevés,<br>Magyaros sertésszelet,<br>Párolt rizs                    | Gulyáslevés, Lekváros bukta, Mandarin   | Csontleves eperlevéllel ,<br>Lencsefőzelék, Sertés pörkölt                            | Brokkolikrémlevés ,<br>Kukoricabundás halfilél tepsiben sütvé,<br>Párolt rizs         |
|                       |                                 | Energia: 408,15 Kcal / 1 706,07 Kj  | Energia: 554,09 Kcal / 2 316,10 Kj   | Energia: 629,44 Kcal / 2 631,06 Kj  | Energia: 499,54 Kcal / 2 088,08 Kj  | Energia: 528,50 Kcal / 2 209,13 Kj  |
|                       |                                 | Fehérje Zsír T.Zsírsv   | Fehérje Zsír T.Zsírsv  | Fehérje Zsír T.Zsírsv   | Fehérje Zsír T.Zsírsv   | Fehérje Zsír T.Zsírsv   |
|                       |                                 | 22,63 g 11,79 g 1,98 g  | 23,16 g 20,80 g 4,37 g   | 20,54 g 21,47 g 4,64 g  | 27,43 g 21,56 g 4,79 g  | 21,98 g 15,15 g 3,41 g  |
|                       |                                 | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só  | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   | Szénhidrát Cukor Só   |
| 52,35 g 0,00 g 2,77 g | 67,96 g 0,00 g 3,14 g           | 86,71 g 16,44 g 1,57 g  | 48,46 g 2,60 g 2,74 g  | 74,80 g 0,00 g 2,47 g   |   |   |
|                       |                                 |  |  |  |  |  |

### Heti étlap 2021.02.22. - 2021.02.26.

|   |   | hétfő  | kedd                             | szerda  | csütörtök                                       | péntek  |        |   |         |        |            |         |        |            |        |        |
|---|---|--|----------------------------------|---|---|---|--------|---|---------|--------|------------|---------|--------|------------|--------|--------|
| <b>Uzsonna</b>  | <b>(00481)<br/>Gyermek (4-6<br/>év) Ovi</b> | Zöldséges felvágott,<br>Margarin, Teljes<br>kiőrlésű zsemle,<br>Jégsaláta          | Kockasajt, Kifli, Retek          | Csirkemell sonka,<br>Margarin, Teljes<br>kiőrlésű kenyér, Retek                     | Magyaros vajkrém,<br>Félbarna kenyér,<br>Uborka | Natur joghurt, Kifli ,<br>Narancs   |        |   |         |        |            |         |        |            |        |        |
|   |   | Energia: 389,40 Kcal / 1 627,69 KJ   | Energia: 195,99 Kcal / 819,24 KJ | Energia: 155,41 Kcal / 649,61 KJ  | Energia: 87,99 Kcal / 367,80 KJ                 | Energia: 291,01 Kcal / 1 216,42 KJ  |        |   |         |        |            |         |        |            |        |        |
|   |   | Fehérje  | Zsír                             | T.Zsír  | Fehérje   | Zsír  | T.Zsír | Fehérje   | Zsír    | T.Zsír | Fehérje    | Zsír    | T.Zsír | Fehérje    | Zsír   | T.Zsír |
|   |   | 4,08 g   | 6,09 g                           | 2,26 g  | 9,61 g  | 7,65 g  | 4,46 g | 8,14 g  | 4,16 g  | 1,44 g | 3,38 g     | 0,94 g  | 0,38 g | 7,75 g     | 9,96 g | 5,40 g |
|   |   | Szénhidrát   | Cukor                            | Só  | Szénhidrát                                      | Cukor   | Só     | Szénhidrát  | Cukor   | Só     | Szénhidrát | Cukor   | Só     | Szénhidrát | Cukor  | Só     |
| 5,62 g  | 0,00 g                                      | 0,55 g   | 21,95 g                          | 0,00 g  | 1,39 g  | 18,46 g   | 0,00 g | 1,12 g  | 16,40 g | 0,00 g | 0,31 g     | 36,45 g | 0,00 g | 1,37 g     |        |        |
|  |   |  |                                  |  |   |  |        |  |         |        |            |         |        |            |        |        |

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