

2018.MÁJUS 7-11

Ált. Isk. 19.hét	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p style="text-align: center;">Tej Párizsis szendvics</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 373 kcal szénhidr.38,1 g fehérje 17,4 g cukor 0 g zsír 16,8 g só 0,8 g</p>	<p style="text-align: center;">Tea gyümölcsös Sajtkrémés szendvics</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 233 kcal szénhidr.36,5 g fehérje 7,5 g cukor 100 g zsír 5,6 g só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Kakaó Kalács</p> <p><i>Allergének:</i> földimogyoró, glutén, tej, tojások</p> <p>energia 445 kcal szénhidr.77,2 g fehérje 17,9 g cukor 90 g zsír 6,1 g só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Tea Kenőmájas szendvics</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szezámag</p> <p>energia 200 kcal szénhidr.36,9 g fehérje 5,3 g cukor 80 g zsír 2,9 g só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Tej Kakaós gabona pehely</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, tej</p> <p>energia 144 kcal szénhidr.17 g fehérje 8,9 g cukor 1,3 g zsír 4 g só 0 g</p>
Ebéd A	<p style="text-align: center;">Zöldborsó leves Majorannás pulykatokány Kagyló tészta Alma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, zeller</p> <p>energia 645 kcal szénhidr.93,1 g fehérje 35,3 g cukor 5,1 g zsír 12,3 g só 0,8 g</p>	<p style="text-align: center;">Húsleves Dinó figurák Zöldbab főzelék Félbarna kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 505 kcal szénhidr.57,5 g fehérje 35,2 g cukor 0,1 g zsír 13,3 g só 0,5 g</p>	<p style="text-align: center;">Frankfurti leves Lekváros derelye Alma Félbarna kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 606 kcal szénhidr.96,8 g fehérje 17,5 g cukor 150 g zsír 15,1 g só 0,7 g</p>	<p style="text-align: center;">Rizses hús Gyümölcssaláta Káposztasaláta</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>energia 644 kcal szénhidr.105 g fehérje 27 g cukor 100 g zsír 11,2 g só 0,2 g</p>	<p style="text-align: center;">Vajgaluska leves Töltött paprika Főtt burgonya</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 715 kcal szénhidr.108,1 g fehérje 32,3 g cukor 180,1 g zsír 14 g só 1 g</p>
Ebéd B	<p style="text-align: center;">Zöldborsó leves Bogdányi aprópecsenye Csemege uborka Alma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, zeller</p> <p>energia 1009 kcal szénhidr.80,5 g fehérje 27,8 g cukor 6,2 g zsír 61,8 g só 1 g</p>	<p style="text-align: center;">Húsleves Főtt hús Főtt burgonya Meggymártás</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 681 kcal szénhidr.67,4 g fehérje 50,8 g cukor 100,1 g zsír 19,5 g só 0,5 g</p>	<p style="text-align: center;">Frankfurti leves Zöldséges penne Alma Félbarna kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 890 kcal szénhidr.129,5 g fehérje 38 g cukor 20 g zsír 21,4 g só 0,9 g</p>	<p style="text-align: center;">Rántott csirkemell Bulgur Párolt zöldség Gyümölcssaláta</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tojások</p> <p>energia 642 kcal szénhidr.110,3 g fehérje 39 g cukor 100 g zsír 3,4 g só 0,5 g</p>	<p style="text-align: center;">Ketchup Vajgaluska leves Sajttal töltött pulykatallér Kukoricás rizs</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 598 kcal szénhidr.87,5 g fehérje 18,1 g cukor 0,5 g zsír 18 g só 2,3 g</p>
Uzsonna	<p style="text-align: center;">Pogácsa</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 459 kcal szénhidr.40 g fehérje 22 g cukor 0 g zsír 22 g só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Gabonás keksz Banán</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szójabab,</p> <p>energia 400 kcal szénhidr.73,4 g fehérje 6 g cukor 21 g zsír 8 g só 0,2 g</p>	<p style="text-align: center;">Szalámis szendvics</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 164 kcal szénhidr.26,6 g fehérje 5,2 g cukor 0,1 g zsír 3,5 g só 0,1 g</p>	<p style="text-align: center;">Mákos kifli</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 2885 kcal szénhidr.339,5 g fehérje 64,2 g cukor 0 g zsír 133 g só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Delma margarin Retek Szezámagos zsemle Turista szalámi</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szezámag</p> <p>energia 296 kcal szénhidr.28,3 g fehérje 13,5 g cukor 0,1 g zsír 13,5 g só 0,1 g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Sóber Mónika, Bíró Imréné
Főszakács

Katona Melinda, Odor László
Élelmezésvezető