

2018.JÚNIUS 11-15

Ált. Isk. 24.hét	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p style="text-align: center;">Tejeskávé Molnárka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 179 kcal szénhidr.25,8 g fehérje 9,1 g cukor 90 g zsír 4 g só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Tea Sonkás szendvics</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szezámmag</p> <p>energia 165 kcal szénhidr.10,3 g fehérje 8,1 g cukor 3,8 g zsír 8,6 g só 3,8 g</p>	<p style="text-align: center;">Kakaó Briós</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 210 kcal szénhidr.27,5 g fehérje 10,9 g cukor 0 g zsír 5,6 g só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Tea Sajtkrémés szendvics</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 155 kcal szénhidr.21,5 g fehérje 5,1 g cukor 80 g zsír 4,9 g só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Karamell tej Fejes saláta Paprika, Tojáskrém Zsemle rozsos</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, tej, tojások</p> <p>energia 397 kcal szénhidr.37,5 g fehérje 13,5 g cukor 100,1 g zsír 20,9 g só 0,1 g</p>
Ebéd A	<p style="text-align: center;">Tojásleves Provence-i csirkemell Párolt rizs Alma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 606 kcal szénhidr.86,8 g fehérje 35,2 g cukor 0 g zsír 11,4 g só 0,7 g</p>	<p style="text-align: center;">Hamis gulyásleves Milánói spagetti</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 813 kcal szénhidr.97,9 g fehérje 40 g cukor 100,5 g zsír 26,7 g só 2 g</p>	<p style="text-align: center;">szilva Zöldborsó leves Panírozott halszelet Vajas burgonya Csemege uborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, zeller</p> <p>energia 786 kcal szénhidr.116,4 g fehérje 32,4 g cukor 5,1 g zsír 16,6 g só 1,7 g</p>	<p style="text-align: center;">Húsleves csirke Főtt hús Főtt burgonya Meggymártás</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 467 kcal szénhidr.67,1 g fehérje 33,5 g cukor 100 g zsír 4,3 g só 0,5 g</p>	<p style="text-align: center;">Üdítő Kolbásos lencse Alma Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, zeller</p> <p>energia 674 kcal szénhidr.83,9 g fehérje 42,6 g cukor 0 g zsír 16,3 g só 0,1 g</p>
Ebéd B	<p style="text-align: center;">Tojásleves Rántott csirkemáj Burgonyapüré Vegyes savanyú Alma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 1047 kcal szénhidr.129,3 g fehérje 41,7 g cukor 0,1 g zsír 35,7 g só 0,7 g</p>	<p style="text-align: center;">Hamis gulyásleves Natúr sertésborda Sárgarépa főzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, zeller</p> <p>energia 562 kcal szénhidr.63,4 g fehérje 29,5 g cukor 50,1 g zsír 19,4 g só 0,6 g</p>	<p style="text-align: center;">szilva Zöldborsó leves Bácskai rizses hús Csemege uborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, zeller</p> <p>energia 588 kcal szénhidr.86,2 g fehérje 32,1 g cukor 5,1 g zsír 10,7 g só 0,5 g</p>	<p style="text-align: center;">Húsleves csirke Gyros pulykafalatok Bulgur Waldorf saláta</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, glutén, tojások, zeller</p> <p>energia 948 kcal szénhidr.91,3 g fehérje 41,5 g cukor 10 g zsír 43,3 g só 1 g</p>	<p style="text-align: center;">Üdítő Mexikói pulyka apró Kagyló tészta</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 458 kcal szénhidr.83,3 g fehérje 19,1 g cukor 0 g zsír 3,9 g só 0,5 g</p>
Uzsonna	<p style="text-align: center;">Szalámis szendvics</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 93 kcal szénhidr.13,6 g fehérje 2,8 g cukor 0,1 g zsír 2,8 g só 0,1 g</p>	<p style="text-align: center;">Mákos kifli Alma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 2941 kcal szénhidr.352,1 g fehérje 64,9 g cukor 0 g zsír 133 g só 0 g</p>	<p style="text-align: center;">Szalámis szendvics</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 93 kcal szénhidr.13,6 g fehérje 2,8 g cukor 0,1 g zsír 2,8 g só 0,1 g</p>	<p style="text-align: center;">Kifli Gyümölcs joghurt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 414 kcal szénhidr.75,3 g fehérje 13,7 g cukor 0 g zsír 5 g só 0,1 g</p>	<p style="text-align: center;">Sajtos croissant</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 49 kcal szénhidr.4,2 g fehérje 0,9 g cukor 0 g zsír 3 g só 0 g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!