

ÉTLAP

2017.MÁJUS 29. – JÚNIUS 02.

| <u>Tejmentes Iskola</u> | Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|-------------------------|--|--|---|---|--|
| Tízórai | <p>Citromos tea Száras szalámi Margarin Kenyér Kígyóborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 345 kcal szénhidr.42,1 g fehérje 11,9 g cukor 0,2 g zsír 8,6 g só 1,2 g</p> | <p>Citromos tea Házi húspástétom Kenyér Retek</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár</p> <p>energia 266 kcal szénhidr.45,1 g fehérje 16,4 g cukor 3,5 g zsír 6,9 g só 1,9 g</p> | <p>Citromos tea Méz Margarin Kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 318 kcal szénhidr.40,8 g fehérje 11,4 g cukor 8,1 g zsír 9,2 g só 1,2 g</p> | <p>Citromos tea Házi húspástétom Kenyér Zöldpaprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 268 kcal szénhidr.42,2 g fehérje 4,8 g cukor 16,8 g zsír 4,2 g só 1,9 g</p> | <p>Citromos tea Kenőmájás Kenyér Paradicsom</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab</p> <p>energia 321 kcal szénhidr.42,5 g fehérje 17,5 g cukor 0 g zsír 10,2 g só 1,4 g</p> |
| Ebéd | <p>Csontleves Csikós tokány Szarvacska köret</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller</p> <p>energia 621 kcal szénhidr.59,1 g fehérje 21,6 g cukor 0 g zsír 9,9 g só 0,3 g</p> | <p>Tarhonyaleves Sertéssült Kelkáposzta főzelék</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 642 kcal szénhidr.55 g fehérje 28,2 g cukor 0 g zsír 10,2 g só 1,5 g</p> | <p>Zöldségleves TM Sertéshúsos, bulguros egytálétel</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller</p> <p>energia 690 kcal szénhidr.66,5 g fehérje 25,9 g cukor 0,1 g zsír 8,9 g só 1,8 g</p> | <p>Gulyásleves Tejbe rizs (rizstejből) Alma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller</p> <p>energia 606 kcal szénhidr.69,1 g fehérje 23,7 g cukor 18,8 g zsír 10,1 g só 0,2 g</p> | <p>Zöldségleves Sült csirkemell Sárgaborsó főzelék</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller</p> <p>energia 566 kcal szénhidr.42 g fehérje 32,3 g cukor 0 g zsír 5,8 g só 1,3 g</p> |
| Uzsonna | <p>Diétás felvágott Margarin Kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 213 kcal szénhidr.24,7 g fehérje 6,5 g cukor 0 g zsír 6 g só 0,7 g</p> | <p>Diétás felvágott Margarin Kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 231 kcal szénhidr.33,9 g fehérje 6,4 g cukor 0,2 g zsír 4,5 g só 1,5 g</p> | <p>Diétás felvágott Margarin Kenyér Pritamin paprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 237 kcal szénhidr.24,5 g fehérje 12,6 g cukor 0 g zsír 10,8 g só 1,5 g</p> | <p>Diétás felvágott Margarin Kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 231 kcal szénhidr.31,1 g fehérje 8,9 g cukor 0 g zsír 8,9 g só 1,5 g</p> | <p>Lekvár Margarin Kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 261 kcal szénhidr.30,5 g fehérje 8,7 g cukor 0 g zsír 6,9 g só 1,2 g</p> |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!