

Étlap 2024.05.06.-05.10.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Gyümölcs tea Sonkakrém Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika	Karamellás tej Fehér kifli	Gyümölcs tea Vajkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom	Tej Margarin Rozsos zsemle	Gyümölcs tea Majonézes virsli Fehér kifli
	energia: 264 Kcal fehérje: 13 g zsír / telített zs.: 11 g / 3 g szénhidrát: cukor: 28 g / 3 g só: 1 g	energia: 232 Kcal fehérje: 11 g zsír / telített zs.: 3 g / 1,7 g szénhidrát: cukor: 39 g / 3 g só: 0,7 g	energia: 329 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 21 g / 9,7 g szénhidrát: cukor: 29 g / 3 g só: 0,5 g	energia: 273 Kcal fehérje: 13 g zsír / telített zs.: 6 g / 2,4 g szénhidrát: cukor: 40 g / 0 g só: 1,1 g	energia: 434 Kcal fehérje: 14 g zsír / telített zs.: 28 g / 6,2 g szénhidrát: cukor: 32 g / 3 g só: 1,8 g
	Allergének: glutén Feltételezhető: tejettermék, laktóz; glutén; szója	Allergének: glutén; tejettermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: tejettermék, laktóz; glutén Feltételezhető:	Allergének: glutén; tejettermék, laktóz Feltételezhető: tejettermék, laktóz	Allergének: tejettermék, laktóz; tojás; mustár; glutén Feltételezhető: szója; glutén; kéndioxid, szulfít
Ebéd	Kertész leves Lasagne	Kelbimbó leves Sertés pörkölt Tarthonya Csemege uborka	Zöldségleves Sárgaborsó főzelék Sült kolbász Teljes kiőrlésű kenyér	Gombaleves Sajtos-sonkás-kukoricás csirkemell Párolt rizs	Becsinált leves Nudli
	energia: 569 Kcal fehérje: 33 g zsír / telített zs.: 12 g / 3,1 g szénhidrát: cukor: 81 g / 0 g só: 1 g	energia: 576 Kcal fehérje: 30 g zsír / telített zs.: 21 g / 3,9 g szénhidrát: cukor: 67 g / 0 g só: 3,1 g	energia: 622 Kcal fehérje: 32 g zsír / telített zs.: 25 g / 7,1 g szénhidrát: cukor: 67 g / 0 g só: 2,5 g	energia: 732 Kcal fehérje: 35 g zsír / telített zs.: 33 g / 6,8 g szénhidrát: cukor: 72 g / 0 g só: 2 g	energia: 424 Kcal fehérje: 21 g zsír / telített zs.: 8 g / 1,9 g szénhidrát: cukor: 67 g / 0 g só: 1,2 g
	Allergének: tojás; zeller; glutén; tejettermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: tojás; glutén; mustár; zeller Feltételezhető:	Allergének: glutén; zeller Feltételezhető: szója; tejettermék, laktóz	Allergének: glutén; tejettermék, laktóz; zeller Feltételezhető:	Allergének: tojás; glutén; zeller Feltételezhető:
Uzsonna	Baromfi párizsi Margarin Fehér zsemle	Olasz felvágott Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika	Csemege szalámi Margarin Fehér zsemle Fejes saláta	Löncs Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka	Groissan Gyümölcs
	energia: 212 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 6 g / 1,5 g szénhidrát: cukor: 31 g / 0 g só: 1,1 g	energia: 215 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 9 g / 3 g szénhidrát: cukor: 25 g / 0 g só: 1,5 g	energia: 200 Kcal fehérje: 9 g zsír / telített zs.: 4 g / 1,1 g szénhidrát: cukor: 32 g / 0 g só: 1,2 g	energia: 198 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 7 g / 2,3 g szénhidrát: cukor: 25 g / 0 g só: 1,2 g	energia: 389 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 24 g / 7,5 g szénhidrát: cukor: 37 g / 12 g só: 0,6 g
	Allergének: glutén Feltételezhető: mustár; tejettermék, laktóz; szója	Allergének: glutén Feltételezhető: tejettermék, laktóz; szója	Allergének: glutén Feltételezhető: tejettermék, laktóz; szója	Allergének: glutén Feltételezhető: tejettermék, laktóz; szója; glutén	Allergének: tojás; tejettermék, laktóz; glutén Feltételezhető: kéndioxid, szulfít; szója

Alsó tagozat

Készült: 2024.04.30.

Szeidl Bt. Magyarpolány

Készítette: Nemesné Vadas Beáta ételmezésvezető