

Étlap 2024.06.10.-06.14.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Gyümölcs tea Sertés párizsi Margarin Rozsos zsemle	Karamellás tej Fehér kifli	Gyümölcs tea Majonézes virsli Fehér kifli	Tej Csokis gabonapehely	Gyümölcs tea Szalámi krém Teljes kiőrlésű kenyér Retek
	energia: 228 Kcal fehérje: 9 g zsír / telített zs.: 7 g / 2,1 g szénhidrát: cukor: 3 g / 3 g só: 1,3 g	energia: 232 Kcal fehérje: 11 g zsír / telített zs.: 3 g / 1,7 g szénhidrát: cukor: 3 g só: 0,7 g	energia: 434 Kcal fehérje: 14 g zsír / telített zs.: 28 g / 6,2 g szénhidrát: cukor: 3 g só: 1,8 g	energia: 307 Kcal fehérje: 9 g zsír / telített zs.: 8 g / 3,9 g szénhidrát: cukor: 0 g só: 1,1 g	energia: 262 Kcal fehérje: 13 g zsír / telített zs.: 11 g / 3 g szénhidrát: cukor: 3 g só: 1,1 g
	Allergének: glutén Feltételezhető: tejttermék, laktóz; mustár; glutén; szója	Allergének: tejttermék, laktóz; glutén Feltételezhető: glutén	Allergének: glutén; tejttermék, laktóz; tojás; mustár Feltételezhető: glutén; szója; kéndioxid, szulfit	Allergének: glutén; tejttermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén Feltételezhető: tejttermék, laktóz; glutén; szója
Ebéd	Tejfölös raguleves Mákos metélt	Lebbencsleves Sertés rizottó Csemege uborka	Tarhonyaleves Burgonyafőzelék Fasírt Fehér kenyér	Fokhagyma krémleves Rántott halfilé Petrezselymes burgonya Csemege uborka	Becsinált leves Lekváros derelye
	energia: 678 Kcal fehérje: 32 g zsír / telített zs.: 23 g / 5,2 g szénhidrát: cukor: 85 g / 16 g só: 1,3 g	energia: 629 Kcal fehérje: 29 g zsír / telített zs.: 18 g / 3,6 g szénhidrát: cukor: 87 g / 0 g só: 2,2 g	energia: 744 Kcal fehérje: 31 g zsír / telített zs.: 19 g / 4,9 g szénhidrát: cukor: 111 g / 0 g só: 1,4 g	energia: 647 Kcal fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 29 g / 6,2 g szénhidrát: cukor: 71 g / 0 g só: 2,5 g	energia: 614 Kcal fehérje: 26 g zsír / telített zs.: 14 g / 2,7 g szénhidrát: cukor: 95 g / 17 g só: 1,2 g
	Allergének: zeller; tojás; glutén Feltételezhető:	Allergének: tojás; mustár; glutén Feltételezhető:	Allergének: glutén; tojás; tejttermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: tojás; tejttermék, laktóz; hal; glutén; mustár Feltételezhető: glutén; tejttermék, laktóz	Allergének: zeller; glutén; tojás Feltételezhető: kéndioxid, szulfit; glutén
Uzsonna	Zala felvágott Margarin Fehér zsemle Kígyóuborka	Csemege szalámi Margarin Rozsos zsemle Paradicsom	Méz Margarin Teljes kiőrlésű kenyér	Pritaminos csirkemell Margarin Teljes kiőrlésű kenyér	Kefir Fehér kifli
	energia: 227 Kcal fehérje: 10 g zsír / telített zs.: 7 g / 2,2 g szénhidrát: cukor: 30 g / 0 g só: 1,3 g	energia: 223 Kcal fehérje: 10 g zsír / telített zs.: 7 g / 2,2 g szénhidrát: cukor: 31 g / 0 g só: 1,2 g	energia: 239 Kcal fehérje: 5 g zsír / telített zs.: 3 g / 0,7 g szénhidrát: cukor: 48 g / 24 g só: 0,6 g	energia: 167 Kcal fehérje: 9 g zsír / telített zs.: 3 g / 0,8 g szénhidrát: cukor: 25 g / 0 g só: 1,1 g	energia: 162 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 0 g / 0,1 g szénhidrát: cukor: 31 g / 0 g só: 0,8 g
	Allergének: glutén Feltételezhető: tejttermék, laktóz; szója	Allergének: glutén; tejttermék, laktóz Feltételezhető: szója; glutén	Allergének: glutén Feltételezhető: tejttermék, laktóz	Allergének: glutén Feltételezhető: szója; tejttermék, laktóz	Allergének: glutén; tejttermék, laktóz Feltételezhető:

Alsó tagozat

Készült: 2024.06.05.

Szeidl Bt. Magyarpolány

Készítette: Nemesné Vadas Beáta ételmezésvezető