

## Kőszeg és környéke felsőtagozatos iskolás

## Étlap

2022. február 7 - 2022. február 11



Étkezés	2022.02.07 Hétfő	2022.02.08 Kedd	2022.02.09 Szerda	2022.02.10 Csütörtök	2022.02.11 Péntek
<b>Tízórai</b>	Kolbászos tojásrántotta [3,6], Bajor rozskenyér [1,3,7], Pritamin paprika, Tej 1,5% [7]	Kukoricapehely, Tej 1,5% [7]	Kakaós kalács [1,3,7], Tej 1,5% [7]	Teljes kiőrlésű kenyér [1,3,7], Paprikás szalámi, Retek, Tej 1,5% [7]	Snidlinges túrókrém [7], Tea, Rozsos kenyér [1,3,7]
<b>Ebéd</b>	Fejtett bableves [1,9], Gyümölcs, Csirkepörkölt, Tészta köret [1,3], Csemege uborka	Erőleves eperlevéllel [1,3,8,9], Burgonyafőzelék [1,7], Fasírt sertésből [1,3,7]	Gombakrém leves [7], Sertéssült, Párolt rizs kölessel, Zöldségmártás [1,7]	Zöldségleves daragaluskával [1,3,9], Pirított csirkemáj, Tört burgonya, Céklasaláta	Frankfurti leves [1,6,7], Mákos guba vaníliásodóval [1,3,7]
<b>Uzsonna</b>	Szezámragos zsemle zala felvágottal [1,6,11], Paradicsom	Korpás zsemle, tonhalkrém, lenmag, póréhagyma [1,3,4,7,10]	Csirkemell hamburger [1,3,7,10]	Kifli [1,3], Kefir [7]	Zsemle pulykamellsonka uborka [1,3,7]
Energia:	1 718,63kcal	1 310,74kcal	1 448,24kcal	1 508,70kcal	1 423,68kcal
Zsír:	62,41g	44,99g	53,27g	51,76g	41,21g
Fehérje:	83,11g	59,04g	75,01g	69,47g	60,63g
Szénhidrát:	203,04g	164,59g	164,05g	188,87g	199,21g
Só:	8,27g	5,83g	6,04g	6,35g	5,53g

**Allergének:**

1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámrag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt

A változás jogát fenntartjuk!