

Kőszeg és környéke felsőtagozatos iskolás

Étlap

2021. október 18 - 2021. október 22



Étkezés	2021.10.18 Hétfő	2021.10.19 Kedd	2021.10.20 Szerda	2021.10.21 Csütörtök	2021.10.22 Péntek
Tízórai	Lekváros kenyér [1,3,7], Tej 2,8% [7]	Rozsos kenyér, margarin csemege szalámi uborka [1,3,7], Tej 1,5% [7]	Tojáslepény zöldborsóval [3,7], Gyümölcs tea, toast kenyér teljesőrlésű [1,3,7]	Magos zsemle [1,3,7,11], Sajtkrém [7], Retek, Tej 1,5% [7]	Melegszendvics [1,3,7], Zöldáru paprika, Tej 1,5% [7]
Ebéd	Csontleves [1], Zöldborsó főzelék [1,7], Sült párizsi [6], Félbarna kenyér [1,3,7]	Májgombóc (májgaluska) leves [1,3,7], Gyümölcs, Rakott tészta csirkehússal és zöldségekkel [1,3,7]	Almaleves [1,7], Sertéspörkölt, Petrezselymes rizs, Csemege uborka	Tojásleves [1,3], Vagdalt pogácsa marhából [1,3,7], Hagymás tört burgonya	Babgulyás [1,9], Lekváros bukta [1,3,7]
Uzsonna	korpás zsemle [1,3,7], Paradicsom, fűszeres vajkrém [7]	Sajtos kifli [1,3], Főtt virsli [6], Mustár [10]	Gyümölcsjoghurt házi [7], babapiskóta [1,3]	Kifli [1,3], kockasajt [7]	Pizzás csiga [1,7]
Energia:	1 482,72kcal	1 869,12kcal	1 246,98kcal	1 630,23kcal	1 624,95kcal
Zsír:	43,59g	72,14g	54,77g	82,19g	67,26g
Fehérje:	61,50g	105,54g	43,85g	63,59g	64,72g
Szénhidrát:	207,27g	202,52g	138,83g	157,38g	185,14g
Só:	8,12g	8,02g	6,53g	5,91g	5,14g

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. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt

A változás jogát fenntartjuk!