

## Egyházasrádóc felsőtagozat iskolás

## Étlap

2021. december 6 - 2021. december 11



Étkezés	2021.12.06 Hétfő	2021.12.07 Kedd	2021.12.08 Szerda	2021.12.09 Csütörtök	2021.12.10 Péntek	2021.12.11 Szombat
<b>Tízórai</b>	Tojáslepeny sajtjal [3,7], Tej 1,5% [7], Bajor rozskenyér [1,3,7]	Tej 1,5% [7], Méz, Kenyér [1,3,7]	Graham kenyér [1,3,7], Sajtkrém [7,8], Retek, Gyümölcs tea	Rozsos zsemle [1], Párizsi [6], Paprika, Tea	Kalács kakaós [1,3,7], Tej 2,8% [7]	Paprikás szalámi, Paradicsom, Gyümölcs tea, Francia kenyér [1,3,7]
<b>Ebéd</b>	Gulyásleves sertésből, Gyümölcs, Dejós tészta [1,8]	Szilvaleves [1,7], Sertéspörkölt, Párolt rizs, Csemege uborka	Zöldség krémleves [1,7,9], Fasírt (csirke) [1,3,7], Fejtettbabfőzelék [1,7]	Tojásleves [1,3], Sajtos halfilé [4,7,8], Burgonyapüré [7]	Erőleves csigatésztával [1], Borsos tokány, Bulgur köret [1], Vitamin saláta	Sertésraguleves tárkonyos [1,7,9], Milánói makaróni [1,7], Ivólé
<b>Uzsonna</b>	Korpás zsemle [1,3,7], Paradicsom, Csirkemellsonka [6]	Sajtos rúd [1,7]	Gyümölcs joghurt [7], Babapiskóta [1,3]	Pizzás csiga [1,7]	Kifli [1,3], Májkrém [6], Zöldáru uborka	Lekváros levél (P) [1,3,7]
Energia:	1 596,62kcal	1 356,34kcal	1 489,93kcal	1 448,02kcal	1 569,08kcal	1 534,80kcal
Zsír:	51,81g	42,55g	64,53g	60,61g	54,90g	72,95g
Fehérje:	75,20g	38,81g	65,74g	58,94g	71,99g	51,10g
Szénhidrát:	203,69g	201,99g	157,19g	159,85g	199,23g	162,94g
Só:	6,05g	6,19g	5,85g	6,42g	6,23g	6,77g

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

A változás jogát fenntartjuk!