

Köszeg és környéke alsótagozatos 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
Tízórai	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]
Ebéd	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
Uzsonna	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:	1 263,95kcal	1 218,56kcal	1 342,50kcal	1 194,91kcal	1 203,62kcal	1 372,48kcal
Zsír:	42,25g	37,06g	57,55g	54,00g	42,01g	64,76g
Fehérje:	60,54g	34,77g	59,43g	46,94g	56,17g	44,51g
Szénhidrát:	157,42g	184,43g	142,22g	124,21g	152,36g	147,87g
Só:	4,48g	5,43g	4,95g	4,15g	4,36g	5,73g

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!