

Egyházasrádóc felsőtagozat iskolás

Étlap

2022. január 31 - 2022. február 4



| Étkezés | 2022.01.31 Hétfő | 2022.02.01 Kedd | 2022.02.02 Szerda | 2022.02.03 Csütörtök | 2022.02.04 Péntek |
|----------------|--|--|--|--|--|
| Tízórai | Tej 1,5% [7], müzli [1] | Briós [1,3,7], Tej 1,5% [7] | Sonkás-sajtos melegszendvics [1,3,7], Tej 1,5% [7] | Graham kenyér [1,3,7], Paprika, Magyaros vajkrém [7], Tej 1,5% [7] | Csemege szalámi, Korpás zsemle [1,3,7], Paradicsom, Tej 1,5% [7] |
| Ebéd | Zöldborsóleves [1], Bolognai spagetti [1,7] | Magyaros karfiolleves tészta nélkül [9], Csirkemell füstölt sajtmártással [1,7,8], Párolt póréhagymás rizs | Erőleves finommetéltel [1,3,8,9], Sóskafozelék [1,7], Főtt tojás [3], Főtt burgonya | Sárgaborsógulyás [1], Lekváros bukta, házi [1,3,7], Gyümölcs | Grízgaluska leves [1,3], Sertésborda parasztosan, Zöldséges rizs |
| Uzsonna | Rozsos zsemle [1], Retek, Csirkemell sonka [6] | Kifli, gyümölcsjoghurt [1,3,7] | Korpás kifli [1], Húspástétom [1,6], Póréhagyma | Császársömle [1,3,7], Májkrém [6], Kígyóuborka | Tepertős pogácsa [1,3,7] |
| Energia: | 1 315,18kcal | 1 383,12kcal | 1 331,12kcal | 1 525,80kcal | 1 775,94kcal |
| Zsír: | 30,87g | 43,29g | 51,42g | 49,57g | 72,10g |
| Fehérje: | 66,38g | 62,03g | 66,67g | 67,75g | 64,14g |
| Szénhidrát: | 189,85g | 181,05g | 147,15g | 197,77g | 210,62g |
| Só: | 6,83g | 6,45g | 5,30g | 5,53g | 6,00g |

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!