

# ÉTLAP

2021.FEBRUÁR 8-12

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Tízórai</b> óvoda iskola	Tea Csemege szalámi Margarinos kenyér Zöldpaprika  <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szójatermék energia 255 kcal      szénhidr.35,7 g fehérje 10,8 g      cukor 2 g zsír 7,9 g      só 2,1 g	Kakaó Kakaós kalács  <i>Allergének:</i> tej energia 314 kcal      szénhidr.50 g fehérje 13,6 g      cukor 2 g zsír 7,4 g      só 0,3 g	Tej Margarinos kenyér Zala felvágott  <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szójatermék energia 217 kcal      szénhidr.35,7 g fehérje 9,6 g      cukor 2 g zsír 3,6 g      só 2,2 g	Gyümölcslé Gépsonka Kígyóborka Margarinos kenyér  <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szójatermék energia 264 kcal      szénhidr.53,6 g fehérje 7,6 g      cukor 0 g zsír 1,4 g      só 2,1 g	Tea Kenőmájás kenyér Paradicsom  <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szójatermék energia 224 kcal      szénhidr.33 g fehérje 7,9 g      cukor 2 g zsír 6,1 g      só 1,4 g
<b>Ebéd</b> óvoda iskola szoc.étkezők vendég	Vegyes zöldség leves Bolognai makaróni Gyümölcs  <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 538 kcal      szénhidr.86,6 g fehérje 19,2 g      cukor 0 g zsír 10,9 g      só 1 g	Köményleves Pírtott kenyérkocka Petrezselymes burgonya Óvári sertés szelet Csemege uborka  <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szójatermék energia 737 kcal      szénhidr.105,4 g fehérje 38,3 g      cukor 0 g zsír 16 g      só 2,5 g	Májgaluska leves Zöldbabfőzelék burgonyával Majorannás sertésapró Rozskenyér  <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 1687 kcal      szénhidr.288,3 g fehérje 77,4 g      cukor 0 g zsír 20,7 g      só 8 g	Tejfölös burgonyaleves Párolt rizs Mexikói sertés tokány  <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 733 kcal      szénhidr.110,1 g fehérje 26,8 g      cukor 0 g zsír 18,1 g      só 0,4 g	Gazdag betyárleves Ökörszem Teljes kiőrlésű kenyér Gyümölcs  <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szójatermék energia 656 kcal      szénhidr.88,8 g fehérje 39,4 g      cukor 0,8 g zsír 14,1 g      só 1 g
<b>Uzsonna</b> óvoda iskola	Teljes kiőrlésű kenyér Tojáskrém  <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szójatermék energia 170 kcal      szénhidr.27 g fehérje 7,3 g      cukor 0 g zsír 3,3 g      só 0,9 g	Löncs felvágott Paradicsom Vajkrémes zsemle  <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, tojások energia 226 kcal      szénhidr.31,2 g fehérje 9,7 g      cukor 0 g zsír 6,8 g      só 0,8 g	Zsemle Kaliforniai paprika Sonkaszalámi krém  <i>Allergének:</i> energia 158 kcal      szénhidr.31 g fehérje 5,7 g      cukor 0 g zsír 1,3 g      só 0,7 g	Kifli Gyümölcsjoghurt  <i>Allergének:</i> tej energia 204 kcal      szénhidr.35,9 g fehérje 8 g      cukor 0 g zsír 3,1 g      só 1,8 g	Sajtkrémes zsemle Sertés párizsi  <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, tojások energia 197 kcal      szénhidr.30,9 g fehérje 7,9 g      cukor 0 g zsír 4,7 g      só 1,2 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!