

## 2021.ÁPRILIS 26-30

Premontrei Iskola alsó	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Tízórai</b> óvoda iskola	Tea Teljes kiőrlésű kenyér Főtt virsli, mustárral.  <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezám, szójagombóc energia 346 kcal      szénhidr.35,1 g fehérje 14,7 g      cukor 2 g zsír 15,3 g      só 4,4 g	Tej Gabonapehely kakaós  <i>Allergének:</i> tej energia 148 kcal      szénhidr.18,7 g fehérje 8,7 g      cukor 2 g zsír 3,8 g      só 0,3 g	Vaníliás tej Kaliforniai paprika Vajkrémes kenyér Zala felvágott  <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezám, szójagombóc energia 458 kcal      szénhidr.51,3 g fehérje 22 g      cukor 2 g zsír 17,2 g      só 2,4 g	Gyümölcslé Löncs felvágott Vajkrémes kenyér Zöldpaprika  <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezám, szójagombóc energia 366 kcal      szénhidr.53,9 g fehérje 15,7 g      cukor 0 g zsír 8,8 g      só 2,1 g	Tea Kenőmájás kenyér  <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezám, szójagombóc energia 223 kcal      szénhidr.32,9 g fehérje 7,8 g      cukor 2 g zsír 6,1 g      só 1,4 g
<b>Ebéd</b> óvoda iskola szoc. vendég	Tejfölös karfiollevés Párolt rizs Hentes tokány  <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, tojások energia 781 kcal      szénhidr.96,2 g fehérje 31,7 g      cukor 0 g zsír 27,1 g      só 0,5 g	Csokonai leves Főtt burgonya Paradicsomos húsgombóc Rozskenyér Gyümölcs  <i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller energia 1862 kcal      szénhidr.362,4 g fehérje 63,3 g      cukor 1 g zsír 12 g      só 7,9 g	Vajasgaluska leves Szarvacska tészta Csirkepörkölt Csemege uborka  <i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller energia 826 kcal      szénhidr.95,1 g fehérje 43 g      cukor 0 g zsír 28,1 g      só 0,6 g	Paradicsom leves Petrezselymes burgonya Rántott sertésszelet Cékla saláta  <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 768 kcal      szénhidr.113,9 g fehérje 35,2 g      cukor 2,1 g zsír 17,2 g      só 0,3 g	Babgulyás Graham kenyér Túrógombóc Gyümölcs  <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 757 kcal      szénhidr.105,8 g fehérje 53,3 g      cukor 1,5 g zsír 19,9 g      só 1,9 g
<b>Uzsonna</b> óvoda iskola	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	Gépsonka Kígyóuborka Margarinos kenyér  <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezám, szójagombóc energia 181 kcal      szénhidr.33,6 g fehérje 7,8 g      cukor 0 g zsír 1,5 g      só 2,2 g	Margarinos-lekváros kenyér  <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezám, szójagombóc energia 269 kcal      szénhidr.55,4 g fehérje 8,1 g      cukor 0 g zsír 0,9 g      só 1,5 g	Zsemle Snidlinges túrókrém  <i>Allergének:</i> tej energia 190 kcal      szénhidr.31,7 g fehérje 8,5 g      cukor 0 g zsír 3,2 g      só 0,6 g	Margarinos zsemle Kígyóuborka Főtt tojás  <i>Allergének:</i> tojások energia 184 kcal      szénhidr.31 g fehérje 7,8 g      cukor 0 g zsír 3,3 g      só 0,7 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!