

## Egyházasrádóc alsótagozat iskolás

## Étlap

2022. május 23 - 2022. május 27



Étkezés	2022.05.23 Hétfő	2022.05.24 Kedd	2022.05.25 Szerda	2022.05.26 Csütörtök	2022.05.27 Péntek
<b>Tízórai</b>	Nutella [1,5], Tej 1,5% [7], Kenyér [1,3,7]	Mákos rigó (FS) [1,3,7], Tejeskávé [7]	Retek, Főtt virsli [6], Tej 1,5% [7], Félbarna kenyér [1,3,7]	Tejbedara kakaó szóráttal [1,7]	Teljes kiőrlésű kifli [1,3,7], Paradicsom, Csirkemell sonka [6], Tej 1,5% [7]
<b>Ebéd</b>	Csontleves eperlevéllel [1], Teljes kiőrlésű kenyér [1,3,7], Székelykáposzta [1,7]	Eperkrém leves [1,7,8], Halrudacska [4], Párolt rizs, Vitamin saláta	Kertészleves [1,9], Húsgombóc paradicsommártással [1,3,9], Tört burgonya	Grízgaluska leves [1,3], Csirkemell vadasmártással [1,7,9,10], Tészta köret [1,3]	Sertésraguleves [3,7,9], Aranygaluska [1,3,7,8], Gyümölcsleves rostos 100%- os (2 dl)
<b>Uzsonna</b>	Csemege szalámi, Teljes kiőrlésű kenyér [1,3,7], Paprika	Sajtkrém rúd [1,3,7]	Hamburger [1,3,6,7]	Sonkás pizza [1,3,7]	Házi gyümölcsjoghurt [1,7], Babapiskóta [1,3]
Energia:	1 088,59kcal	1 193,81kcal	1 251,55kcal	1 366,92kcal	1 231,50kcal
Zsír:	36,15g	48,78g	42,02g	38,20g	48,25g
Fehérje:	55,02g	33,60g	61,21g	61,66g	49,89g
Szénhidrát:	133,30g	151,56g	154,04g	189,36g	141,91g
Só:	5,00g	2,23g	5,23g	3,99g	3,39g

**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. Csillagfűt

A változás jogát fenntartjuk!