

Kőszeg és környéke alsótagozatos iskolás

Étlap

2022. május 30 - 2022. június 3



Étkezés	2022.05.30 Hétfő	2022.05.31 Kedd	2022.06.01 Szerda	2022.06.02 Csütörtök	2022.06.03 Péntek
Tízórai	Zabkása almával, mazsolával [1,7]	Tojásrántotta [3], Teljes kiőrlésű kenyér [1,3,7], Paprika, Tej 1,5% [7]	Kalács foszlós [1,3,7], Tej 1,5% [7]	Sonkás-sajtos melegszendvics [1,3,7], Retek, Hársfa tea	Magos zsemle, körözött, uborka [1,7,11], Tea, diabetikus
Ebéd	Sajtkrém leves [1,7,8], Tarhonyás hús [1], Céklasaláta	Sárgaborsógulyás [1], Túrós táska [1,3,7], Gyümölcs	Paradicsomleves [1,3,9], Sült csirkecomb, Petrezselymes rizs, Vitamin saláta	Erőleves finommetélttel [1,3,8,9], Sóskafozelék [1,7], Főtt tojás [3], Főtt burgonya, Müzliszelet [1,5]	Zöldborsóleves [1], Mexikói sertéstokány, Bulgur [1]
Uzsonna	Kifli [1,3], Párizsi felvágott [6], Kígyóuborka	Korpás zsemle [1,3,7], Tonhalkrém [4,10], Póréhagyma	Császárszömlé [1,3,7], Húspástétom [1,6], Paradicsom	Tejberizs erdei gyümölcsöntettel [7]	Kakaós csiga [1,3,7]
Energia:	1 028,55kcal	1 209,23kcal	1 090,62kcal	1 307,78kcal	1 142,41kcal
Zsír:	42,33g	43,76g	39,97g	40,32g	46,38g
Fehérje:	45,97g	56,27g	42,05g	51,05g	43,52g
Szénhidrát:	112,41g	143,78g	146,76g	180,76g	138,17g
Só:	3,02g	3,70g	3,45g	3,96g	3,41g

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!