

Kőszeg és környéke felsőtagozatos 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:	1 310,06kcal	1 448,86kcal	1 356,45kcal	1 541,42kcal	1 350,92kcal
Zsír:	49,95g	49,20g	48,61g	47,53g	53,17g
Fehérje:	57,45g	67,60g	50,01g	61,47g	51,75g
Szénhidrát:	153,36g	179,63g	185,90g	211,64g	167,09g
Só:	4,07g	5,09g	4,61g	4,80g	4,21g

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!