

Étlap

2022. június 20 - 2022. június 24



Étkezés	2022.06.20 Hétfő	2022.06.21 Kedd	2022.06.22 Szerda	2022.06.23 Csütörtök	2022.06.24 Péntek
Tízórai	Csokis gabona pehely [1], Tej 1,5% [7]	Sajtkrém [7,8], Retek, Tej 1,5% [7], Kenyér [1,3,7]	Teljes kiőrlésű zsemle [1,3,7], Diákcsemege szalámi, Paradicsom, Tej 1,5% [7]	Teljes kiőrlésű kifli [1,3,7], Kígyóuborka, Hársfa tea, Kockasajt [7]	Sonkás-sajtos melegszendvics [1,3,7], Paprika, Tej 1,5% [7]
Ebéd	Paradicsomleves [1,9], Tarhonyás hús [1], Csemege uborka	Sütőtökrém leves [1,7], Levesgyöngy betét [1,3,7], Csirke nuggets [1,3], Mexikói rizs	Daragaluska leves friss zöldségből [1,3,9], Sült Debreceni, Kelkáposzta főzelék [1]	Zöldborsóleves [1], Csirkés penne [1,3,7], Gyümölcsleves rostos 100%- os (2 dl)	Márgombóc leves [1,3,7], Diósguba [1,3,7,8], Gyümölcs
Uzsonna	Magos zsemle [1,3,7,11], Csirkemell sonka [6], Margarin, Uborka	Kakaós csiga [1,3,7]	Tejberizs erdei gyümölcsöntettel [7]	Korpás zsemle [1,3,7], Tonhalkrém [4,10], Póréhagyma	Sajtkrém rúd [1,3,7]
Energia:	870,82kcal	1 030,65kcal	933,27kcal	908,33kcal	856,99kcal
Zsír:	32,72g	47,55g	28,94g	22,34g	26,78g
Fehérje:	40,18g	38,80g	35,82g	43,58g	38,10g
Szénhidrát:	101,95g	109,43g	130,33g	129,65g	114,14g
Só:	4,28g	4,96g	2,05g	1,97g	3,30g

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!