

(Iskola)

| Étkezés / Menü | Hétfő 04.15 | Kedd 04.16 | Szerda 04.17 | Csütörtök 04.18 | Péntek 04.19 |
|--------------------|---|--|--|--------------------|-----------------|
| tízórai / A | Citromos tea (1;12;) Pulykasonka (6;7;9;10;) Delma margarin (7;) Teljes kiőrlésű zsemle Félégyházi (1;) E: 930.2 kJ / 222.5 kcal; Feh: 10.7 g; Szh: 32.9 g; Zs: 5.1 g; Telített zs.: 1.3 g; Rost: 5.9 g; Só: 1.3 g; Cukor: 7.0 g; | Kakaó (1;5;6;7;8;) Delma margarin (7;) Vizes zsemle (Félégyházi Pékség) (1;) E: 1394.7 kJ / 333.7 kcal; Feh: 12.3 g; Szh: 48.6 g; Zs: 9.8 g; Telített zs.: 4.3 g; Rost: 2.2 g; Só: 1.2 g; Cukor: 7.0 g; | Gyümölcs tea (12;) Meggyes túrókrém (1;6;7;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) E: 1022.0 kJ / 244.5 kcal; Feh: 8.7 g; Szh: 47.7 g; Zs: 1.9 g; Telített zs.: 0.9 g; Rost: 3.0 g; Só: 1.2 g; Cukor: 13.9 g; | | |
| ebéd / A | | Vajasgaluska leves (1;3;6;7;9;10;12;) Sertésvagdalt (1;3;5;6;7;8;9;10;12;) Tejfölös burgonyafőzelék (1;7;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Csoki figura (5;6;7;) E: 3749.3 kJ / 897.0 kcal; Feh: 29.4 g; Szh: 110.6 g; Zs: 36.6 g; Telített zs.: 10.7 g; Rost: 11.5 g; Só: 4.4 g; Cukor: 0.0 g; | Tejfölös zöldbaleves (1;3;6;7;9;10;12;) Bácskai rizseshús (1;3;6;7;9;10;12;) Káposztasaláta (10;12;) E: 3482.3 kJ / 833.1 kcal; Feh: 25.0 g; Szh: 89.7 g; Zs: 41.0 g; Telített zs.: 11.4 g; Rost: 5.0 g; Só: 2.8 g; Cukor: 2.2 g; | | |
| ebéd / D | Tárkonyos szárnyasraguleves (1;3;6;7;9;10;12;) Metélt tészta (1;3;) Dejós szórás (1;5;8;11;) Narancs E: 4055.6 kJ / 970.2 kcal; Feh: 33.1 g; Szh: 135.9 g; Zs: 31.6 g; Telített zs.: 4.7 g; Rost: 12.8 g; Só: 1.9 g; Cukor: 21.0 g; | | | | |
| uzsonna / A | Tojáskrém (3;7;8;10;12;) Kenyér félbarna szeletelt (1;6;7;) Kígyó uborka (12;) E: 1006.5 kJ / 240.8 kcal; Feh: 9.6 g; Szh: 32.3 g; Zs: 8.0 g; Telített zs.: 2.3 g; Rost: 3.2 g; Só: 1.7 g; | Kenőmájas (9;10;) Teljes kiőrlésű kenyér (1;6;) Póréhagyma E: 1035.6 kJ / 247.8 kcal; Feh: 11.0 g; Szh: 30.1 g; Zs: 9.1 g; Telített zs.: 3.8 g; Rost: 7.4 g; Só: 1.4 g; | Kornspitz szilvás pacsni 120 g (1;3;5;6;7;8;) Alma E: 218.1 kJ / 52.2 kcal; Feh: 0.6 g; Szh: 10.5 g; Zs: 0.6 g; Telített zs.: 0.0 g; Rost: 3.4 g; Só: 0.0 g; Cukor: 0.0 g; | | |

Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákfélék; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek