

Középiskolás

(15-18 év)

Hétfő

2018.06.18.

Kedd

2018.06.19.

Szerda

2018.06.20.

Csütörtök

2018.06.21.

Péntek

2018.06.22.

Ebéd

-Tarhonyaleves
-Sült sertéshús
-Paradicsomos
burgonyafőzelék
-Meggy
-Tönkölyös kenyér

E:1 146,1, ZS:49,2, T:0,0, F:39,9,
CH:122,7, C:3,0
Allergén: G, L, M, O, T, Z

-Scsí leves
-Túrós metélt
-Meggy
-Tönkölyös kenyér

E:1 193,9, ZS:50,6, T:0,0, F:43,0,
CH:131,5, C:4,4
Allergén: G, L, T

-Csontleves
-Budapest szelet
-Párolt rizs
-Alma kompót

E:987,4, ZS:39,5, T:0,0, F:40,1,
CH:105,9, C:1,3
Allergén: G, L, M, O, T, Z

-Reszeltészta leves
-Rácós halfilé
-Meggy

E:943,2, ZS:26,1, T:0,7, F:37,4,
CH:141,1, C:2,5
Allergén: G, H, L, T

-BrokkolikréMLEVES
-Párizsi sertésszelet
-Párolt mexikói
zöldségkeverék
-Banán

E:835,8, ZS:33,1, T:1,9, F:38,0,
CH:91,9, C:3,9
Allergén: G, L, M, O, T, Z

Összesen

E:1 146,1, ZS:49,2, T:0,0, F:39,9,
CH:122,7, C:3,0
Allergén: G, L, M, O, T, Z

E:1 193,9, ZS:50,6, T:0,0, F:43,0,
CH:131,5, C:4,4
Allergén: G, L, T

E:987,4, ZS:39,5, T:0,0, F:40,1,
CH:105,9, C:1,3
Allergén: G, L, M, O, T, Z

E:943,2, ZS:26,1, T:0,7, F:37,4,
CH:141,1, C:2,5
Allergén: G, H, L, T

E:835,8, ZS:33,1, T:1,9, F:38,0,
CH:91,9, C:3,9
Allergén: G, L, M, O, T, Z

Jó étvágyat!

Étlapváltoztatás jogát fenntartjuk

Jelmagyarázat:

Allergén jelmagyarázat:

S: só (g) E: energia (kcal) G: glutén, gabonák Z: zeller D: diófélék, mandula, piztácia C: csillagfürt
ZS: zsír (g) T: telített zsírsav (g) L: laktóz, tej, tejtermékek R: rákfélék M: mustár P: puhatestűek
F: fehérje (g) CH: szénhidrát (g) T: tojás, fehérje H: halak S: szezámag
C: cukor (g) Ca: kalcium (mg) F: földimogyoró O: szója K: szulfitok, kéndioxid

Középiskolás

(15-18 év)

Hétfő

2018.06.25.

Kedd

2018.06.26.

Szerda

2018.06.27.

Csütörtök

2018.06.28.

Péntek

2018.06.29.

Ebéd

-Paradicsomleves
-Rakott burgonya kolbásszal
-Csicsóka saláta
-Alma

E:1 115,7, ZS:56,3, T:0,0, F:34,4,
CH:105,8, C:6,0
Allergén: G, L, T

-Lencseleves
-Meggyes gombóc
-Tönkölyös kenyér

E:1 318,8, ZS:30,4, T:0,0, F:41,3,
CH:208,0, C:2,5
Allergén: G, L, M, T

-Zöldségleves
-Párolt marhaszelet
-Szarvacska tészta
-Vadas mártás
-Banán

E:1 156,6, ZS:36,6, T:0,0, F:47,8,
CH:152,1, C:1,2
Allergén: G, L, M, T, Z

-Zöldbab leves
-Kisasszony szelet
-Burgonyapüré

E:1 060,1, ZS:39,2, T:0,0, F:47,8,
CH:113,2, C:1,1
Allergén: G, L

-Burgonyagombóc leves
-Csirkepörkölt
-Tökfőzelék
-Alma

E:714,7, ZS:27,7, T:0,0, F:36,6,
CH:69,0, C:1,7
Allergén: G, L, T

Összesen

E:1 115,7, ZS:56,3, T:0,0, F:34,4,
CH:105,8, C:6,0
Allergén: G, L, T

E:1 318,8, ZS:30,4, T:0,0, F:41,3,
CH:208,0, C:2,5
Allergén: G, L, M, T

E:1 156,6, ZS:36,6, T:0,0, F:47,8,
CH:152,1, C:1,2
Allergén: G, L, M, T, Z

E:1 060,1, ZS:39,2, T:0,0, F:47,8,
CH:113,2, C:1,1
Allergén: G, L

E:714,7, ZS:27,7, T:0,0, F:36,6,
CH:69,0, C:1,7
Allergén: G, L, T

Jó étvágyat!

Étlapváltoztatás jogát fenntartjuk

Jelmagyarázat:

Allergén jelmagyarázat:

S: só (g) E: energia (kcal) G: glutén, gabonák Z: zeller D: diófélék, mandula, piztácia C: csillagfűrt
ZS: zsír (g) T: telített zsírsav (g) L: laktóz, tej, tejtermékek R: rákfélék M: mustár P: puhatestűek
F: fehérje (g) CH: szénhidrát (g) T: tojás, fehérje H: halak S: szezámag
C: cukor (g) Ca: kalcium (mg) F: földimogyoró O: szója K: szulfitok, kéndioxid