

2021. február 08 - február 12-ig

Általános iskolai diákok részére.

Jó étvágyat kívánunk.

06. Hét

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Tízórai</b>	<b>Lekváros táska</b>	<b>Alma Kakaós kifli</b>	<b>Csokis croissant</b>	<b>Mandarin Búrkifli</b>	<b>Ivólé Sós percc</b>
	energia: 205 Kcal szénhidrát: 24 g fehérje: 2 g cukor: 11 g zsír / telített zs.: 11 g / 2,9 g só: 0,4 g	energia: 150 Kcal szénhidrát: 29 g fehérje: 6 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 1 g / 0,1 g só: 0,6 g	energia: 235 Kcal szénhidrát: 21 g fehérje: 4 g cukor: 7 g zsír / telített zs.: 15 g / 4,7 g só: 0,4 g	energia: 456 Kcal szénhidrát: 53 g fehérje: 6 g cukor: 15 g zsír / telített zs.: 24 g / 8,4 g só: 0,2 g	energia: 408 Kcal szénhidrát: 71 g fehérje: 11 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 9 g / 2 g só: 2,1 g
	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: szója; kén-dioxid, szulfit; tojás	Allergének: glutén Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén; tojás Feltételezhető: szója; kén-dioxid, szulfit	Allergének: tejtermék, laktóz; diófélék; tojás; glutén Feltételezhető:	Allergének: tojás; glutén Feltételezhető: tejtermék, laktóz
<b>Ebéd</b>	<b>Zöldségleves gazdagon Bolognai spagetti Müzli szelet</b>	<b>Sárgarépa krémleves Dubarry sertésborda Burgonyapüré Csalamádé</b>	<b>Köménymagleves Panírozott halrúd Zöldborsófőzelék Sütemény</b>	<b>Almaleves Csirkepörkölt Tarhonyával Csemegeuborka</b>	<b>Krumplileves Almás lepény Narancs</b>
	energia: 1129 Kcal szénhidrát: 121 g fehérje: 36 g cukor: 5 g zsír / telített zs.: 55 g / 12,9 g só: 11 g	energia: 1064 Kcal szénhidrát: 104 g fehérje: 39 g cukor: 1 g zsír / telített zs.: 53 g / 12,7 g só: 5,3 g	energia: 916 Kcal szénhidrát: 81 g fehérje: 54 g cukor: 5 g zsír / telített zs.: 41 g / 8,3 g só: 5,1 g	energia: 845 Kcal szénhidrát: 128 g fehérje: 42 g cukor: 17 g zsír / telített zs.: 18 g / 3,9 g só: 5 g	energia: 660 Kcal szénhidrát: 107 g fehérje: 17 g cukor: 11 g zsír / telített zs.: 17 g / 3,4 g só: 1,5 g
	Allergének: glutén; zeller Feltételezhető: glutén; tejtermék, laktóz; mustár; kén-dioxid, szulfit; szója	Allergének: zeller; tojás; glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: kén-dioxid, szulfit; mustár	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; tojás Feltételezhető: tejtermék, laktóz	Allergének: tejtermék, laktóz; tojás; glutén; mustár Feltételezhető: szója	Allergének: tejtermék, laktóz; tojás; glutén Feltételezhető: kén-dioxid, szulfit
<b>Uzsonna</b>	<b>Hidegcsomag</b>	<b>Hidegcsomag</b>	<b>Hidegcsomag</b>	<b>Hidegcsomag</b>	<b>Hidegcsomag</b>
	energia: 301 Kcal szénhidrát: 34 g fehérje: 14 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 12 g / 4,2 g só: 1,8 g	energia: 293 Kcal szénhidrát: 38 g fehérje: 13 g cukor: 1 g zsír / telített zs.: 10 g / 4,4 g só: 2,1 g	energia: 326 Kcal szénhidrát: 37 g fehérje: 17 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 13 g / 5,7 g só: 2,3 g	energia: 336 Kcal szénhidrát: 35 g fehérje: 13 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 16 g / 5,6 g só: 2,1 g	energia: 301 Kcal szénhidrát: 34 g fehérje: 14 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 12 g / 4,2 g só: 1,8 g
	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: tejtermék, laktóz; glutén; szója	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: szója; glutén; tojás; mustár	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: tejtermék, laktóz; szója; mustár	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: tejtermék, laktóz; glutén	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: tejtermék, laktóz; szója

Mezőtúr, 2021. 02. 03.

A változtatás jogát fenntartjuk.

.....  
Élelmezésvezető