

Étlap

2018. november 5 - 2018. november 10

Menük	2018.11.05 Hétfő	2018.11.06 Kedd	2018.11.07 Szerda	2018.11.08 Csütörtök	2018.11.09 Péntek	2018.11.10 Szombat
Sztehlo Gimnázium	<p>Zöldborsóleves csipetkével^{1,3}, Gyümölcs, Székelykáposzta^{1,7}, Búza kenyér ebédhez^{1,6}</p> <p>E: 583kcal Zsír: 22,28g Feh.: 27,77g Só: 2,86g Cuk.: 12,79g</p> <p>E: 1 825KJ Tel.zsír.: 3,26g CH: 65,39g Ca: 139,39mg</p>	<p>Magyaros karfiolleves¹, Natúr csirkemell szelet¹, Meggymártás^{1,7}, Főtt burgonya</p> <p>E: 1 038kcal Zsír: 41,02g Feh.: 47,42g Só: 3,85g Cuk.: 56,91g</p> <p>E: 4 344KJ Tel.zsír.: 9,44g CH: 113,81g Ca: 499,39mg</p>	<p>Burgonyaleves zöldséges^{1,9}, Gyümölcs, Csirkepaprikás^{1,7}, Tészta köret^{1,3}, Kenyér^{1,6}</p> <p>E: 991kcal Zsír: 34,15g Feh.: 45,82g Só: 4,82g Cuk.: 10,54g</p> <p>E: 3 550KJ Tel.zsír.: 3,75g CH: 123,07g Ca: 43,15mg</p>	<p>Aranyló libaleves csigatésztával⁹, Sólet¹, Főtt tojás³, Kenyér^{1,6}</p> <p>E: 725kcal Zsír: 15,52g Feh.: 33,84g Só: 1,05g Cuk.: 0,80g</p> <p>E: 2 425KJ Tel.zsír.: 1,45g CH: 104,48g Ca: 32,25mg</p>	<p>Vegyes gyümölcsleves^{1,7}, Brokkolis csirkefasírt^{1,3}, Tört burgonya</p> <p>E: 1 200kcal Zsír: 44,88g Feh.: 40,77g Só: 4,57g Cuk.: 30,81g</p> <p>E: 4 707KJ Tel.zsír.: 8,33g CH: 165,02g Ca: 447,59mg</p>	<p>Zöldségleves^{1,3}, Hentestokány¹, Párolt rizs</p> <p>E: 694kcal Zsír: 26,88g Feh.: 32,47g Só: 2,83g Cuk.: 8,90g</p> <p>E: 2 912KJ Tel.zsír.: 2,31g CH: 107,58g Ca: 76,55mg</p>

Jó Étvágyat Kívánunk!

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról és allergénekről érdeklődjön a konyhai személyzetnél, vagy a 06 70 489-9519-es számon! A szükség szerinti étlap változásáért előre is elnézésüket kérjük, megértésüket köszönjük! Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energiaEkcal/adag), SZH(szénhidr:g/adag), ZSÍR(zsirtartalom:g/adag), FEH(fehérjetartalom:g/adag)

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