

Étlap

2018. november 12 - 2018. november 16

Menük	2018.11.12 Hétfő	2018.11.13 Kedd	2018.11.14 Szerda	2018.11.15 Csütörtök	2018.11.16 Péntek
Sztehlo Gimnázium	<p>Alföldi raguleves^{1,9}, Gyümölcs, Tejbegríz kakaó szórat^{1,7}, Búza kenyér ebédhez^{1,6}</p> <p>E: 700kcal Zsír: 19,96g Feh.: 31,36g Só: 2,58g Cuk.: 18,86g</p> <p>E: 2 314KJ Tel.zsír.: 1,14g CH: 94,78g Ca: 439,96mg</p>	<p>Francia hagymaleves kenyérkockával^{1,7,8}, Sertés sült (karaj), Petrezselymes burgonya, Céklasaláta</p> <p>E: 790kcal Zsír: 43,95g Feh.: 26,12g Só: 8,45g Cuk.: 18,02g</p> <p>E: 3 304KJ Tel.zsír.: 6,61g CH: 70,93g Ca: 153,24mg</p>	<p>Zöldség erőleves finommetélttel^{1,3}, Vadas csirke tésztával^{1,7,10}</p> <p>E: 1 193kcal Zsír: 14,92g Feh.: 58,80g Só: 3,57g Cuk.: 9,01g</p> <p>E: 5 041KJ Tel.zsír.: 2,82g CH: 202,11g Ca: 90,28mg</p>	<p>Lebbencsleves^{1,3}, Gyümölcs, Rántott hal^{1,3,4,7}, Tartármártás^{3,7,10}, bulgur¹</p> <p>E: 995kcal Zsír: 43,63g Feh.: 39,45g Só: 2,91g Cuk.: 9,27g</p> <p>E: 4 169KJ Tel.zsír.: 5,28g CH: 117,70g Ca: 69,76mg</p>	<p>Zöldségbecsinált leves^{1,9}, Bácskai rizseshús, Csemege uborka</p> <p>E: 595kcal Zsír: 26,26g Feh.: 27,74g Só: 3,63g Cuk.: 7,08g</p> <p>E: 2 491KJ Tel.zsír.: 1,60g CH: 81,09g Ca: 96,83mg</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