

KÖRMENTÉ

Általános iskola felsős

2021.10.18.–2021.10.24.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI		EBÉD		UZSONNA	
<p>Tejeskávé Tevejl Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 356 ZS: 9,6 SZH: 52,4</p> <p>TZS: 5,8 CK: 19,8 SÓ: 1,3</p> <p>FH: 10,3</p>	<p>Tea Margareta pizza</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 635 ZS: 19,8 SZH: 92,7</p> <p>TZS: 7,6 CK: 20,4 SÓ: 1,8</p> <p>FH: 19,4</p>	<p>Gyümölcs tea Körözött Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 242 ZS: 3,5 SZH: 40,4</p> <p>TZS: 2 CK: 7,7 SÓ: 1,1</p> <p>FH: 10,1</p>	<p>Eper krémleves Bolognai halragú spagetti</p> <p><u>Allergének:</u> 1,4,7,12</p> <p>EN: 659 ZS: 20,2 SZH: 87,7</p> <p>TZS: 10,1 CK: 36,3 SÓ: 1,2</p> <p>FH: 26,3</p>	<p>Magyaros gombaleves Pirított sonkacsíkok Teflotós burgonyafőzelék Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN: 621 ZS: 19,5 SZH: 89,2</p> <p>TZS: 4,6 CK: 12,4 SÓ: 3,6</p> <p>FH: 21,4</p>	<p>Fokhagyma krémleves Sárgarépa kocka Dubarry csirkemell Parótlé rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 719 ZS: 25,5 SZH: 80,2</p> <p>TZS: 6,4 CK: 4,2 SÓ: 3,1</p> <p>FH: 37,4</p>
<p>Kendőmajlis Teljes kiőrlésű kenyér Repáhasáb</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,10</p> <p>EN: 259 ZS: 9,3 SZH: 33,2</p> <p>TZS: 0,2 CK: 0,5 SÓ: 1,5</p> <p>FH: 8,6</p>	<p>Sertes párizsi Margarin Félbarna kenyér Jégcsapretek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 216 ZS: 5,6 SZH: 33,2</p> <p>TZS: 0,9 CK: 0,5 SÓ: 1,8</p> <p>FH: 6,9</p>	<p>Húspáztétom Teljes kiőrlésű kenyér Kilyuborika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10</p> <p>EN: 302 ZS: 11,7 SZH: 34,1</p> <p>TZS: 3,7 CK: 1,5 SÓ: 0,9</p> <p>FH: 12,6</p>	<p>Padlizsántérm Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,10</p> <p>EN: 232 ZS: 7,9 SZH: 33,9</p> <p>TZS: 0,9 CK: 1,4 SÓ: 1,3</p> <p>FH: 4,6</p>	<p>Soproni felvágott Margarin Teljes kiőrlésű zsemle Káplia paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 220 ZS: 7,2 SZH: 28,2</p> <p>TZS: 2,5 CK: 0,4 SÓ: 1,3</p> <p>FH: 7,9</p>	<p>EN: ZS: SZH:</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p> <p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>

Az ételsoroknál az azokban szereplő, jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztjeszennyezéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Ráskifélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földmogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szeszammag; 12. Ken-dioxid; 13. Cillagfű; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételk allergén tartalmáról, valamint a diétás ételapros ártékeléjü kiadókatól a diétás munkatársainknál! Diétás étkezést biztosítunk, a szükség szerint ételapváltásért előre is elnézést kérjük, megértésedet köszönjük.
Tápanyagtartalom jelölés megnevezése: EN (számított energia; Kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsír; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)

*A csillaggal jelölt ételk étekek étekek receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.

