

KÖRMEND

Általános iskola alsó tagozat

2022. 05. 16.–2022. 05. 22.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
TIZÓRAI	<p>Tej Sárgabarack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:325 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 10,3 SZH:53,6 CK:22,3 SÓ: 1,3</p>	<p>Gyümölcsstea Kukoricás pizza</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 672 ZS: 18,4 TZS: 6,6 FH: 20,5 SZH:103,9 CK: 25,2 SÓ: 2,3</p>	<p>Tea Főtt tojás Margarin Félbarna kenyér Pritamin paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,12</p> <p>EN: 248 ZS: 5 TZS: 1,4 FH:7,5 SZH:40 CK: 7,7 SÓ: 1,2</p>	<p>Tejbedara Kakaós szórat</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 262 ZS: 3,9 TZS: 2,3 FH: 9 SZH:43,4 CK: 28,3 SÓ: 0,3</p>	<p>Tea Gépsonka Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,12</p> <p>EN: 237 ZS: 4,6 TZS: 1,2 FH: 9,4 SZH: 39,7 CK: 7,8 SÓ: 1,6</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
EBÉD	<p>Tojásleves Sertés húspogácsa Zöldbabfőzelék Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN:647 ZS: 29,2 TZS: 7,1 FH: 26,1 SZH:64,9 CK:2,4 SÓ: 2,1</p>	<p>Újhagymás burgonyakrémléves Bácskai rizseshús Cékla savanyúság</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,10,12</p> <p>EN: 603 ZS: 24,3 TZS: 7,7 FH: 20,4 SZH:72,7 CK: 7,6 SÓ: 1,6</p>	<p>Kelbimbóleves Bolognai halragu Spagetti Reszelt sajt</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,4,7,9</p> <p>EN: 609 ZS: 25,9 TZS: 8,7 FH:27,4 SZH:64,3 CK: 11,2 SÓ: 3,4</p>	<p>Vitamin leves Virslis rakott burgonya Lilakáposzta saláta</p> <p><u>Allergének:</u> 3,6,7,9,12</p> <p>EN: 511 ZS: 16,6 TZS: 5,3 FH: 14,8 SZH:66,8 CK: 12,3 SÓ: 2,4</p>	<p>Tárkonyos zöldségleves Szilvátöltelkes gombóc Fahéjas porcukor</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 774 ZS: 16 TZS: 1,7 FH: 17,1 SZH: 147 CK: 35,2 SÓ: 2,2</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: SZH:</p>
UZSONNA	<p>Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Reszelt sárgarépa</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6,10</p> <p>EN:352 ZS: 12,5 TZS: 3,1 FH: 11,3 SZH:45,5 CK:12,5 SÓ: 1,3</p>	<p>Diós sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,8</p> <p>EN: 259 ZS: 9,3 TZS: 0,2 FH: 8,6 SZH:33,2 CK: 0,5 SÓ: 1,5</p>	<p>Medvehagymás teljes kiőrlésű rúd</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 454 ZS: 29,7 TZS: 14,2 FH:13,4 SZH:35,3 CK: 2,6 SÓ: 0,5</p>	<p>Körözött Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 212 ZS: 3,7 TZS: 2,1 FH: 10,2 SZH:32,2 CK: 0,6 SÓ: 0,9</p>	<p>Pizzás csiga</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 253 ZS: 8,2 TZS: 2,6 FH: 8,2 SZH: 35,3 CK: 3,4 SÓ: 0,4</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 szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkeztetést biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézsedet kérjük, megértésedet köszönjük.
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)

*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.