

# ÁLTALÁNOS ISKOLÁS TEU

# Étlap

**2018. november 19 - 2018. november 23**

Étkezés	2018.11.19 Hétfő	2018.11.20 Kedd	2018.11.21 Szerda	2018.11.22 Csütörtök	2018.11.23 Péntek
<b>Tízórai</b>	Karamellás tej poharas [7], Kuglóf mazsolás	Gyümölcs tea, Tonhalas krém [3,6,7,9], Vizes zsemle [1]	Tej 2,8% 200ml [7], Dzsungel gabonapehely [1,5,6,7,8]	Trappista sajt [7], Magvas zsemle [1,11], Kaliforniai paprika, Margarin szendvics 20%	Gyümölcsjoghurt [7], Zöldséges roppanós kenyér [1,7]
<b>Ebéd</b>	Gyümölcs ivólé, Marhapörkölt, Galuska [1,3], Vegyesvágott, Alma	Zöldségleves [1], Burgonyafélék [1,7], Csemege debreceni, Kenyér félbarna [1], Körte	Csirkebecsinált leves [9], Nutellás mini gombóc [1,3,6,7,8], Narancs	Gombaleves [1,3,12], Rántott sertésszelet [1,3], Burgonyapüré [6,7], Alma	Lencsefélék [1,7,10], Brassói aprópecsenye, Kenyér barna [1], Tiroli rétes [1,3,6,7]
<b>Uzsonna</b>	Olasz felvágott [6], Margarin Classic 500g [6,7], Korpás zsemle [1,3,7], Paradicsom	Puding [1,7], Babapiskóta [1,3]	Füstölt-főtt tarja, Kalciumos zsemle [1], Kígyóborka	Krémtúró [7]	Banán, Málna szelet [1,5,8,11,12]
Energia:	1 072,02kcal	1 079,57kcal	1 677,98kcal	1 135,55kcal	1 538,08kcal
Zsír:	36,27g	32,30g	60,19g	57,27g	49,80g
Fehérje:	50,25g	27,36g	55,89g	48,53g	62,52g
Szénhidrát:	153,17g	167,65g	227,58g	96,40g	209,23g
Só:	3,45g	4,14g	7,08g	3,23g	2,92g

**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. Puhatestek 14. Csillagfürt

A változás jogát fenntartjuk!