

ÁLTALÁNOS ISKOLÁS TEU

Étlap

2019. január 28 - 2019. február 3

Étkezés	2019.01.28 Hétfő	2019.01.29 Kedd	2019.01.30 Szerda	2019.01.31 Csütörtök	2019.02.01 Péntek
Tízórai	Tej 2,8% 200ml [7], Kakaós csiga nagy [1,3,6,7]	Gyümölcs tea, Kígyóuborka, Trappista sajt [7], Magvas zsemle [1,11]	Kefir poharas [7], Kifli [1,3,7]	Gyümölcs tea, Tonhalas krém [3,6,7,9], Császárszemle [1]	Pizzás stangli [1,3,7]
Ebéd	Rostos gyümölcslé, Marhapörkölt, Galuska [1,3], Alma	Csontleves [9], Tökf zelék [1,7], Vagdalt pogácsa sertéshúsból zöldséggel [1,3,7], Kenyér fehér szeletelt [1]	Pulykaragu leves [9], Császármorzsa [3,7], Kiwi	Karfiolleves [1,9], Lecsós sertésszelet [1], Bulgur köret [1]	Csirkebrassói [1,3,9], Zöldborsóf zelék [1,7], Kenyér félbarna [1], Almás pite + [1,3,7]
Uzsonna	Zalai felvágott [6], Paradicsom, Vizes zsemle [1], Margarin Classic 250g [6,7]	Banán, M zli szelet [1,5,8,11,12]	Füstölt-f tt tarja, Zöldpaprika, Korpás zsemle [1,3,7], Margarin Harmónia	Mandarin, Túrós cereál [1,3,6,7,8,9,10,11]	Narancs, Teljes ki rlés rizs falatok [6,7]
Energia:	1 203,92kcal	1 194,96kcal	1 335,92kcal	1 170,86kcal	1 420,30kcal
Zsír:	48,85g	38,26g	49,77g	48,01g	49,10g
Fehérje:	58,71g	40,70g	56,03g	44,95g	50,32g
Szénhidrát:	148,52g	174,14g	161,24g	141,07g	200,02g
Só:	4,09g	5,09g	5,71g	3,49g	5,04g

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. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatest ek 14. Csillagfűt

A változás jogát fenntartjuk!

ÁLTALÁNOS ISKOLÁS TEU

Étlap

2019. február 4 - 2019. február 10

Étkezés	2019.02.04 Hétfő	2019.02.05 Kedd	2019.02.06 Szerda	2019.02.07 Csütörtök	2019.02.08 Péntek
Tízórai	Kakaó poharas [7], Kuglóf mazsolás	Sertés párizsi [6], Zöldpaprika, Kalciumos zsemle [1], Margarin Classic 500g [6,7]	Joghurt-oikos [7], Zöldséges roppanós kenyér [1,7]	Kígyóuborka, K rözött [7], Magokkal szórt barna rúd [1,11]	Citromos Tea, Virslis rúd [1,3,6]
Ebéd	Tojásleves [1,3], Hentestokány, Tarhonya köret [1,3]	Csontleves [9], Kelbimbóf zelék [1,7], Natúr sertésszelet [1], Kenyér félbarna [1]	Gulyásleves(sertés) [9], Sajtos roló [1,3,7], Alma	Gyümölcsle 100%, Ananászos,tejszínes csirkeragu [1,7], Párolt jázmin rizs	Székelykáposzta [1,7], Kenyér burgonyás [1], Tiroli rétes [1,3,6,7]
Uzsonna	Paradicsom, Szalámikrém [7], Kifli [1,3,7]	Olajos magvak [5,8,11], Kiwi	Soproni felvágott, Jégcsap retek, Korpás zsemle [1,3,7], Margarin szendvics 20%	Sajtos croissant [1,3,7], Mandarin	Banán, M zli szelet [1,5,8,11,12]
Energia:	1 370,16kcal	1 214,36kcal	1 176,91kcal	1 204,34kcal	1 455,29kcal
Zsír:	56,90g	57,84g	59,67g	38,84g	46,28g
Fehérje:	59,05g	53,02g	42,49g	41,70g	58,12g
Szénhidrát:	149,48g	111,79g	112,73g	167,94g	197,74g
Só:	5,67g	5,59g	4,46g	3,82g	6,53g

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. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatest ek 14. Csillagfürt

A változás jogát fenntartjuk!

ÁLTALÁNOS ISKOLÁS TEU

Étlap

2019. február 11 - 2019. február 17

Étkezés	2019.02.11 Hétfő	2019.02.12 Kedd	2019.02.13 Szerda	2019.02.14 Csütörtök	2019.02.15 Péntek
Tízórai	Tej 2,8% 200ml [7], Kakaós csiga nagy [1,3,6,7]	Citromos tea, Löncs [6], Paradicsom, Korpás zsemle [1,3,7], Margarin Classic 250g [6,7]	Kefir poharas [7], Dzsungel gabonapehely [1,5,6,7,8]	Tojáskrém [3,6,7,10], Kígyóuborka, Magvas zsemle [1,11]	Fekete tea, Sajtos rúd [1,3,7,11]
Ebéd	Gombakrémleves [1,3,7], Tavaszi pulykaragu [1], Csiga tészta [1,3]	Zöldbabf zelék [1,7], Sertéspörkölt feltét, Kenyér graham [1], Mandarin	Csirkebecsinált leves [9], Darás metélt [1], Alma	Paradicsomleves [1,9], Rántott sertésszelet [1,3], Burgonyapüré [7], Csemege uborka	Rostos gyümölcsle, Chilis bab, Kenyér félbarna [1], Lekváros piskóta tekercs [1,3]
Uzsonna	Nyári turista, Jégcsap retek, Vizes zsemle [1]	Gabonás joghurt [1,7]	Csirkemell sonka [6], Kaliforniai paprika, Korpás zsemle [1,3,7], Margarin szendvics 20%	Lekváros táská [1,6]	Banán, Túrórudi [5,7]
Energia:	1 296,50kcal	1 131,77kcal	1 131,25kcal	1 387,01kcal	1 348,61kcal
Zsír:	47,99g	47,92g	32,21g	61,19g	34,69g
Fehérje:	63,00g	47,02g	51,21g	58,56g	51,17g
Szénhidrát:	149,15g	123,62g	159,00g	135,05g	206,55g
Só:	4,30g	5,67g	3,73g	6,25g	3,35g

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!

ÁLTALÁNOS ISKOLÁS TEU

Étlap

2019. február 18 - 2019. február 24

Étkezés	2019.02.18 Hétfő	2019.02.19 Kedd	2019.02.20 Szerda	2019.02.21 Csütörtök	2019.02.22 Péntek
Tízórai	Madártej [7], Fonott kakaós kalács [1,3,7]	Kacsamájás, Lilahagyma, Kalciumos zsemle [1], Margarin Yoghurt 39% [7]	Pulykamell sonka, Kígyóuborka, Hosszú zsemle [1], Margarin Classic 250g [6,7]	Karamellás tej poharas [7], Sajtos kifli [1,3]	Zöldségkrém [6,7], Sulirúd teljeski rlés [1]
Ebéd	Zellerkrémleves [7,9], Harcsapaprikás [4,7,9], Galuska [1,3], Mandarin	Tarhonyaleves [1,3], Sárgarépa felvágott [1,7], Dínó falatok [1,3,6,7,10]	Bakonyi betyárleves [1,7,9], Császármorzsa [3,7], Alma	Meggyleves [1,7], F szeres sertéssült, Bulgur köret [1], Vegyesvágott	Zöldborsóf zelék [1,7], Csirkepörkölt, Linzer
Uzsonna	Vikend felvágott, Paradicsom, Császárzsemle [1], Margarin Harmónia	Túrós batyu [1,3,7,12], Kiwi	Gyümölcsjoghurt [7]	Baromfi párizsi# [1,6], Kaliforniai paprika, Korpás zsemle [1,3,7], Margarin Classic 500g [6,7]	Olajos magvak [5,8,11], Narancs
Energia:	1 323,80kcal	1 264,74kcal	1 284,95kcal	1 258,14kcal	1 381,78kcal
Zsír:	66,82g	51,46g	50,91g	42,96g	64,05g
Fehérje:	64,14g	41,69g	52,67g	60,07g	51,53g
Szénhidrát:	158,37g	152,80g	148,92g	158,63g	159,02g
Só:	4,03g	5,46g	3,79g	6,50g	3,91g

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. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatest ek 14. Csillagfűrt

A változás jogát fenntartjuk!

ÁLTALÁNOS ISKOLÁS TEU

Étlap

2019. február 25 - 2019. március 1

Étkezés	2019.02.25 Hétfő	2019.02.26 Kedd	2019.02.27 Szerda	2019.02.28 Csütörtök	2019.03.01 Péntek
Tízórai	Citromos tea, Sajtos croissant [1,3,7]	Diákcsemege szalámi, Zöldpaprika, Kalciumos zsemle [1], Margarin Classic 500g [6,7]	Kakaó poharas [7], Briós kifli [1,3,7]	K rözött [7], Lilahagyma, Magvas stangli [1,6,7,11]	Citromos Tea, Pizzás stangli [1,3,7]
Ebéd	Vadas tokány [1,7,9,10], Spagetti carbonara [1,3,6,7], Narancs	Sárgaborsó f zelék [1,7,9], Csemege debreceni feltét, Kenyér burgonyás [1]	Májgombóc leves [1,6,9], Káposztás kocka [1,3], Alma	Karfiolleves [1,9], Csirkemell citr.vajas mártásban, Párolt rizs	Köményes sertéssült [1,3,6,7,10], Paradicsomos burgonyaf zelék [1,9], Kenyér barna [1]
Uzsonna	Jégcsap retek, Sajtkrém [7], Kifli [1,3,7]	Kefir poharas [7], Dzsungel gabonapehely [1,5,6,7,8]	Zalai felvágott [6], Paradicsom, Margarin Yoghurt 39% [7], Császárszemle [1]	Mandarin, Teljes ki rlés rizs falatok [6,7]	M zli szelet [1,5,8,11,12], Banán
Energia:	1 342,73kcal	1 275,10kcal	1 361,52kcal	1 084,50kcal	1 183,15kcal
Zsír:	55,54g	56,49g	41,91g	37,64g	26,19g
Fehérje:	56,30g	52,46g	47,20g	48,45g	44,77g
Szénhidrát:	152,88g	136,47g	194,74g	135,63g	177,84g
Só:	5,04g	5,77g	4,73g	3,44g	4,99g

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. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatest ek 14. Csillagfűrt

A változás jogát fenntartjuk!