

# ÁLTALÁNOS ISKOLÁS TEU

# Étlap

2019. április 29 - 2019. május 5

Étkezés	2019.04.29 Hétfő	2019.04.30 Kedd	2019.05.02 Csütörtök	2019.05.03 Péntek
<b>Tízórai</b>	Tej 2,8% 200ml [7], Kakaós csiga nagy [1,3,6,7]	K rözött [7], Kígyóborka, Magvas zsemle [1,11]	Tojáskrém [3,7,10], Kígyóborka, Császárszemle [1]	Gyümölcs tea, Sajtos kalács [1,3,7]
<b>Ebéd</b>	Gyümölcs ivólé, Bakonyi sertésragu [1,7], Galuska kész [1,3], Kivi	Csontleves [9], Zöldbabf zelék [1,7], Csemege debreceni feltét, Kenyér graham [1], Mandarin	Gombakrémleves [1,3,7], Olaszos csirkecomb [7], Durum Masni köret [1]	Kelkáposztaf zelék [1], Natúr sertésszelet [1], Kenyér félbarna [1], Lekváros piskóta tekercs [1,3]
<b>Uzsonna</b>	Sajt-kocka-Mackó [7], Paradicsom, Kifli [1,3,7]	Zalai felvágott [6], Zöldpaprika, Margarin Classic 250g [6,7], Korpás zsemle [1,3,7]	Gyümölcsjoghurt [7], Alma	Banán, Túró-rudi [5,7]
Energia:	1 322,75kcal	1 203,77kcal	1 178,54kcal	1 350,73kcal
Zsír:	45,71g	54,50g	50,02g	35,58g
Fehérje:	62,00g	45,95g	50,25g	51,25g
Szénhidrát:	177,70g	128,89g	127,24g	202,12g
Só:	3,72g	8,42g	2,56g	4,12g

### 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. Puhatest ek 14. Csillagfürt

A változás jogát fenntartjuk!

# ÁLTALÁNOS ISKOLÁS TEU

# Étlap

2019. május 6 - 2019. május 12

Étkezés	2019.05.06 Hétfő	2019.05.07 Kedd	2019.05.08 Szerda	2019.05.09 Csütörtök	2019.05.10 Péntek
<b>Tízórai</b>	Kakaó poharas [7], Fonott kakaós kalács [1,3,7]	Löncs [6], Kígyóuborka, Margarin Classic 250g [6,7], Korpás zsemle [1,3,7]	Baromfi párizsi# [1,6], Margarin Harmónia, Magvas zsemle [1,11]	Madártej [7], Kifli [1,3,7]	Sajtkrém [7], Retek, Császárszemle [1]
<b>Ebéd</b>	Zöldborsóleves [1,9], Marhapörkölt, Tarhonya köret [1,3], Vegyesvágott	Vajgaluska leves [1,3,7], Finomf zelék [1,7], Sült csirkemell [9], Kenyér félbarna [1]	Gulyásleves(sertés) [9], Darás metélt [1], Alma	Gyümölcsleves [1,7], Rántott sertésszelet [1,3], Burgonyapüré [7], Csemege uborka	Gyümölcs ivólé 100%, Chilis bab, Kenyér graham [1], Linzer
<b>Uzsonna</b>	Kivi, Túrós cereál [1,3,6,7,8,9,10,11]	Körte, Flört réteges joghurt [7]	Puding habos [1,7]	Gyümölcspüré, Babapiskóta [1,3]	Banán, M zli szelet [1,5,8,11,12]
Energia:	1 148,22kcal	1 341,53kcal	1 167,61kcal	1 222,25kcal	1 374,20kcal
Zsír:	35,04g	48,19g	41,70g	54,33g	33,00g
Fehérje:	58,60g	67,33g	46,32g	49,62g	49,53g
Szénhidrát:	155,03g	153,50g	146,83g	130,80g	213,20g
Só:	3,10g	6,94g	3,63g	4,37g	2,93g

### 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. Csillagfűrt

A változás jogát fenntartjuk!

# ÁLTALÁNOS ISKOLÁS TEU

# Étlap

2019. május 13 - 2019. május 19

Étkezés	2019.05.13 Hétfő	2019.05.14 Kedd	2019.05.15 Szerda	2019.05.16 Csütörtök	2019.05.17 Péntek
<b>Tízórai</b>	Karamellás tej poharas [7], Briós kifli [1,3,7]	Sajt-kocka-Mackó [7], Paradicsom, Kifli [1,3,7]	Lilahagyma, Májkrém [6], Császárszemle [1]	Kefir poharas [7], Korpás kifli [1]	Tejberizs poharas [1,7]
<b>Ebéd</b>	Kertészleves [1,9], Harcsapaprikás [4,7,9], Galuska kész [1,3]	Tojásleves [1,3], Fejtettbab f. zelék [1,7], Brassói aprópecsenye	Csirkeragu leves [9], Sajtos makaróni [1,3,7], Alma	Karfiolleves [1,9], Lecsós sertésszelet [1], Bulgur köret [1], Narancs	Vágottborsó f. zelék [1,7,9], Csemege debreceni feltét, Tiroli rétes [1,3,6,7]
<b>Uzsonna</b>	Nyári túrista, Kígyóuborka, Margarin szendvics 20%, Kalciumos zsemle [1]	Túrós batyu [1,3,7,12], Kivi	Puding [1,7]	Bécsi felvágott, Kaliforniai paprika, Margarin Flóra [6,7], Magvas zsemle [1,11]	Banán, Ropogós gabonás keksz [1,3,5,7,8]
Energia:	1 204,43kcal	1 305,35kcal	1 146,43kcal	1 314,88kcal	1 268,72kcal
Zsír:	49,79g	57,27g	46,82g	54,36g	55,86g
Fehérje:	63,33g	55,89g	52,57g	56,98g	40,66g
Szénhidrát:	165,31g	135,53g	130,91g	146,90g	149,34g
Só:	5,50g	4,51g	3,80g	5,27g	2,99g

### 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. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestek 14. Csillagfürt

A változás jogát fenntartjuk!

# ÁLTALÁNOS ISKOLÁS TEU

# Étlap

2019. május 20 - 2019. május 26

Étkezés	2019.05.20 Hétfő	2019.05.21 Kedd	2019.05.22 Szerda	2019.05.23 Csütörtök	2019.05.24 Péntek
<b>Tízórai</b>	Tej 1,5% UHT [7], Kakaós csiga nagy [1,3,6,7]	Trappista sajt [7], Paradicsom, Margarin szendvics 20%, Stangli [1,6,7]	Füstölt-főtt tarja, Kígyóuborka, Margarin szendvics 20%, Kalciumos zsemle [1]	Gyümölcs tea(porított), Pizzás stangli [1,3,7]	Zalai felvágott [6], Zöldpaprika, Margarin Yoghurt 39% [7], Magvas zsemle [1,11]
<b>Ebéd</b>	Gyümölcs ivólé 100%, Vadas tokány [1,7,9,10], Csiga tészta [1,3]	Csontleves [9], Tökfélék zselé [1,7], Vagdalt pogácsa sertéshúsból zöldséggel [1,3,7], Kenyér burgonyás [1]	Frankfurti leves [1,7], Császármorzsa [3,7], Alma	GombakréMLEVES [1,3,7], Mexikói csirkecomb [1], Párolt barna rizs, Narancs	Burgonyafélék zselé [1,7], Sertéspörkölt feltét, Kenyér teljeskielés [1]
<b>Uzsonna</b>	Meggy szelet [1,5,8,11,12], Kivi	Körte, Teljes kieléses rizs falatok [6,7]	Gyümölcsjoghurt [7]	Körözött [7], Jégcsap retek, Császárzsemle [1]	Banán, Túró-rudi [5,7]
Energia:	1 443,80kcal	1 237,26kcal	1 275,48kcal	1 202,05kcal	1 101,78kcal
Zsír:	42,24g	49,94g	55,26g	32,63g	39,41g
Fehérje:	54,35g	45,13g	37,49g	46,72g	41,57g
Szénhidrát:	203,97g	155,15g	151,66g	177,35g	142,79g
Só:	2,91g	5,68g	5,78g	4,32g	4,21g

**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. Csillagfűrt

A változás jogát fenntartjuk!

# ÁLTALÁNOS ISKOLÁS TEU

# Étlap

2019. május 27 - 2019. május 31

Étkezés	2019.05.27 Hétfő	2019.05.28 Kedd	2019.05.29 Szerda	2019.05.30 Csütörtök	2019.05.31 Péntek
<b>Tízórai</b>	Kakaó poharas [7], Mini kuglóf mazsolás [1,7]	Kígyóuborka, Vajkrém [7], Magvas stangli [1,6,7,11]	Diákcsemege szalámi, Kaliforniai paprika, Margarin szendvics 20%, Kalciumos zsemle [1]	Tojáskrém [3,7,10], Újhagyma, Sulirúd teljeski rlés [1]	Gyümölcs tea, Sajtos rúd [1,3,7,11]
<b>Ebéd</b>	Kukorica krémleves [1,3,6,7,9,10], Hentestokány, Bulgur köret [1], Alma	Vajgaluska leves [1,3,7], Zöldborsóf zelék [1,7], Virsli, Kenyér teljeski rlés [1]	Erdélyi húsgombóc leves [1,3,7,9], Nutellás mini gombóc [1,3,6,7,8], Alma	Paradicsomleves [1,3,9], Sajtos csirkemell [7,8], Tavaszi rizs	Köményes sertéssült [1,3,6,7,10], Kelkáposztaf zelék [1], Kenyér félbarna [1]
<b>Uzsonna</b>	Soproni felvágott, Jégcsap retek, Margarin Yoghurt 39% [7], Korpás zsemle [1,3,7]	Dzsungel gabonapehely [1,5,6,7,8], Narancs	Túrós cereál [1,3,6,7,8,9,10,11]	Tejberizs poharas [1,7]	Banán, Olajos magvak [5,8,11]
Energia:	1 324,18kcal	1 206,29kcal	1 323,21kcal	1 141,75kcal	1 221,34kcal
Zsír:	46,85g	41,52g	58,06g	45,88g	49,04g
Fehérje:	54,52g	46,32g	35,08g	56,22g	52,62g
Szénhidrát:	169,11g	157,22g	161,48g	132,38g	136,21g
Só:	5,06g	6,34g	5,28g	3,94g	5,69g

### 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. Puhatest ek 14. Csillagfürt

A változás jogát fenntartjuk!