

# Étlap ( felső tagozatosok 11-14 )

2017.11.20 - 2017.11.26

<p><b>Hétfő</b> 2017.11.20</p>	<p><b>Kedd</b> 2017.11.21</p>	<p><b>Szerda</b> 2017.11.22</p>	<p><b>Csütörtök</b> 2017.11.23</p>	<p><b>Péntek</b> 2017.11.24</p>
<p><b>Tízórai</b> Margarinós graham kenyér Pizza sonka Kígyóborka</p> <p>E: 1174(Kj) 281(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 31(g) Zsir: 11(g)Cuk: 1(g)Só: 1,90(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>	<p><b>Húskrémes graham kenyér</b> Paradicsom</p> <p>E: 1030(Kj) 246(KCal) F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 32(g) Zsir: 8(g)Cuk: 1(g)Só: 0,98(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>	<p><b>Pogácsa</b></p> <p>E: 907(Kj) 217(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 25(g) Zsir: 11(g)Cuk: 0(g)Só: 0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,</p>	<p><b>Margarinos graham kenyér</b> Túrista Paprika</p> <p>E: 1607(Kj) 385(KCal) F: 16(g)Kol: 0(g)Sz: 31(g) Zsir: 20(g)Cuk: 1(g)Só: 0,99(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 0(mg) Allergén:Szójabab,</p>	<p><b>Sajtkrémes graham kenyér</b> Gyümölcs tea</p> <p>E: 919(Kj) 220(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 41(g) Zsir: 2(g)Cuk: 10(g)Só: 1,08(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>
<p><b>Ebéd</b> Karfiolekrém leves Sertés pörkölt Tarhonya Csemege uborka Almalé</p> <p>E: 2483(Kj) 594(KCal) F: 31(g)Kol: 86(g)Sz: 80(g) Zsir: 22(g)Cuk: 14(g)Só: 4,99(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>	<p><b>Tej leves</b> Mustáros halfilé Főtt burgonya Csalamadá</p> <p>E: 3869(Kj) 926(KCal) F: 30(g)Kol: 47(g)Sz: 96(g) Zsir: 50(g)Cuk: 23(g)Só: 2,52(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,Szójabab,Zelle</p>	<p><b>Almalé</b> Kakaós csiga</p> <p>E: 1301(Kj) 311(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 44(g) Zsir: 13(g)Cuk: 13(g)Só: 0,01(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>	<p><b>Hús leves</b> Egresmártás Főtt hús</p> <p>E: 2271(Kj) 543(KCal) F: 22(g)Kol: 93(g)Sz: 87(g) Zsir: 29(g)Cuk: 34(g)Só: 1,29(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tej,</p>	<p><b>Zöldborsó leves</b> Bácskai aprópecsenye Párolt rizs Alma</p> <p>E: 3423(Kj) 819(KCal) F: 29(g)Kol: 56(g)Sz: 109(g) Zsir: 38(g)Cuk: 1(g)Só: 3,34(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tojás,</p>
<p><b>Uzsonna</b> Kifli Szalámis medve sajt</p> <p>E: 838(Kj) 200(KCal) F: 8(g)Kol: 179(g)Sz: 28(g) Zsir: 6(g)Cuk: 1(g)Só: 0,67(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tej,</p>	<p><b>Kuglóf</b></p> <p>E: 779(Kj) 186(KCal) F: 3(g)Kol: 0(g)Sz: 21(g) Zsir: 9(g)Cuk: 0(g)Só: 0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tej,</p>	<p><b>Müzli szelet</b></p> <p>E: 315(Kj) 75(KCal) F: 1(g)Kol: 0(g)Sz: 13(g) Zsir: 2(g)Cuk: 0(g)Só: 0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tej,Diófélék,</p>	<p><b>Vajkrémes kenyér</b></p> <p>E: 893(Kj) 214(KCal) F: 6(g)Kol: 12(g)Sz: 35(g) Zsir: 5(g)Cuk: 0(g)Só: 0,98(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>	<p><b>Túrós rudi</b></p> <p>E: 350(Kj) 84(KCal) F: 2(g)Kol: 31(g)Sz: 9(g) Zsir: 44(g)Cuk: 0(g)Só: 0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,</p>

*Gulyás Erőss*  
Előmezező

Az ételválogatás jogát fenntartjuk !

*ky*