

Heti étlap

2022. május 30 - június 03

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	
ALSÓS TÍZÓRAI	<p>TEJ,TK FEHÉRCSOKIS CSIGA</p> <p>Tápanyagok: TEL, ZSÍR: 13.80 GRAMM, CUKOR: 11.10 GRAMM, SÓ: 1.17 GRAMM, CALCIUM: 228.00 MG, ROST: 0.70 GRAMM, SZÉNHDIRÁT: 35.80 GRAMM, ZSÍR: 15.10 GRAMM, ENERGIA: 321.00 KCAL, FEHÉRJE: 10.50 GRAMM</p> <p>Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>TEA,MARGARINOS TK KENYÉR,SONKA,SÁRGARÉPA</p> <p>Tápanyagok: TEL, ZSÍR: 6.71 GRAMM, CUKOR: 10.01 GRAMM, SÓ: 1.25 GRAMM, CALCIUM: 60.36 MG, SZÉNHDIRÁT: 45.25 GRAMM, ZSÍR: 15.65 GRAMM, ENERGIA: 352.05 KCAL, FEHÉRJE: 6.25 GRAMM</p> <p>Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>KAKAÓ,RESZELT SAJTOS MARGARINOS FÉLBARNA KENYÉR</p> <p>Tápanyagok: TEL, ZSÍR: 8.31 GRAMM, CUKOR: 3.10 GRAMM, SÓ: 1.32 GRAMM, CALCIUM: 350.12 MG, SZÉNHDIRÁT: 34.68 GRAMM, ZSÍR: 15.01 GRAMM, ENERGIA: 340.67 KCAL, FEHÉRJE: 11.99 GRAMM</p> <p>Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>TEJ,VAJKRÉMES TK KENYÉR,PAPRIKA</p> <p>Tápanyagok: TEL, ZSÍR: 2.26 GRAMM, CUKOR: 0.05 GRAMM, SÓ: 1.08 GRAMM, CALCIUM: 254.30 MG, SZÉNHDIRÁT: 40.40 GRAMM, ZSÍR: 4.93 GRAMM, ENERGIA: 265.82 KCAL, FEHÉRJE: 12.31 GRAMM</p> <p>Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>TEA,SZALÁMI,MARGARINOS TK ZSEMLE,PARADICSOM</p> <p>Tápanyagok: TEL, ZSÍR: 4.53 GRAMM, CUKOR: 12.59 GRAMM, SÓ: 1.89 GRAMM, CALCIUM: 25.76 MG, ROST: 4.05 GRAMM, SZÉNHDIRÁT: 34.89 GRAMM, ZSÍR: 22.80 GRAMM, ENERGIA: 381.95 KCAL, FEHÉRJE: 10.10 GRAMM</p> <p>Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	
	ALSÓS EBÉD	<p>KARALÁBÉLEVES,CSIRKEPÖRK, FÖTT TÉSZTA,KÁPOSZTASALI</p> <p>Tápanyagok: TEL, ZSÍR: 2.83 GRAMM, CUKOR: 4.00 GRAMM, SÓ: 1.80 GRAMM, CALCIUM: 228.00 MG, SZÉNHDIRÁT: 58.25 GRAMM, ZSÍR: 26.93 GRAMM, ENERGIA: 529.57 KCAL, FEHÉRJE: 18.43 GRAMM</p> <p>Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, KÉN-DIOXID, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>GRÍZGALUSKA LEVES,TÖKFŐZELÉK,FASÍRT TEPSIBEN SÜLT,KÖRTE</p> <p>Tápanyagok: TEL, ZSÍR: 1.80 GRAMM, CUKOR: 6.09 GRAMM, SÓ: 0.65 GRAMM, CALCIUM: 184.25 MG, ROST: 5.50 GRAMM, SZÉNHDIRÁT: 60.69 GRAMM, ZSÍR: 34.23 GRAMM, ENERGIA: 691.82 KCAL, FEHÉRJE: 32.79 GRAMM</p> <p>Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>HAGYMALEVES,RÁNTOTT HALFILÉ,PETR.BURGONYA, BARACK BEFÖTT</p> <p>Tápanyagok: TEL, ZSÍR: 7.97 GRAMM, CUKOR: 14.00 GRAMM, SÓ: 0.18 GRAMM, CALCIUM: 167.53 MG, SZÉNHDIRÁT: 69.44 GRAMM, ZSÍR: 33.41 GRAMM, ENERGIA: 714.70 KCAL, FEHÉRJE: 27.12 GRAMM</p> <p>Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, HALAK ÉS AZOKBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>GYÜMÖLCSLEVES,LECSÓS SZELET,PÁROLT RIZS,SAVANYÚSÁG</p> <p>Tápanyagok: TEL, ZSÍR: 1.87 GRAMM, CUKOR: 9.99 GRAMM, SÓ: 0.84 GRAMM, CALCIUM: 268.30 MG, SZÉNHDIRÁT: 91.13 GRAMM, ZSÍR: 35.79 GRAMM, ENERGIA: 730.60 KCAL, FEHÉRJE: 30.85 GRAMM</p> <p>Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>LEGÉNYFOGÓ LEVES,CSOKI SODÓ PISKÓTÁVAL,BANÁN</p> <p>Tápanyagok: TEL, ZSÍR: 1.55 GRAMM, CUKOR: 8.71 GRAMM, SÓ: 0.45 GRAMM, CALCIUM: 244.50 MG, ROST: 0.00 GRAMM, SZÉNHDIRÁT: 80.83 GRAMM, ZSÍR: 7.74 GRAMM, ENERGIA: 550.11 KCAL, FEHÉRJE: 37.09 GRAMM</p> <p>Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, ZELLER ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>
	ALSÓS UZSONNA	<p>CSAVART KILI, KOCKASAJT,ALMA</p> <p>Tápanyagok: TEL, ZSÍR: 1.96 GRAMM, CUKOR: 0.82 GRAMM, SÓ: 0.96 GRAMM, CALCIUM: 21.13 MG, SZÉNHDIRÁT: 36.44 GRAMM, ZSÍR: 3.75 GRAMM, ENERGIA: 211.10 KCAL, FEHÉRJE: 7.30 GRAMM</p> <p>Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>JOGHURT,KAKAÓS KIFLI</p> <p>Tápanyagok: TEL, ZSÍR: 4.00 GRAMM, CUKOR: 0.90 GRAMM, SÓ: 0.55 GRAMM, ROST: 0.25 GRAMM, SZÉNHDIRÁT: 36.70 GRAMM, ZSÍR: 5.60 GRAMM, ENERGIA: 227.50 KCAL, FEHÉRJE: 7.65 GRAMM</p> <p>Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>TK PIZZÁS RÚD,TÚRÓ RUDI</p> <p>Tápanyagok: TEL, ZSÍR: 9.19 GRAMM, CUKOR: 12.73 GRAMM, SÓ: 0.42 GRAMM, ROST: 1.33 GRAMM, SZÉNHDIRÁT: 30.99 GRAMM, ZSÍR: 15.08 GRAMM, ENERGIA: 287.11 KCAL, FEHÉRJE: 6.38 GRAMM</p> <p>Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÓJABAB ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>LEVELES SAJTOS RÚD,ALMA</p> <p>Tápanyagok: TEL, ZSÍR: 7.20 GRAMM, CUKOR: 2.25 GRAMM, SÓ: 0.66 GRAMM, CALCIUM: 10.50 MG, ROST: 0.75 GRAMM, SZÉNHDIRÁT: 23.25 GRAMM, ZSÍR: 7.85 GRAMM, ENERGIA: 145.50 KCAL, FEHÉRJE: 2.40 GRAMM</p> <p>Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>	<p>TK PEREC,POHARAS TEJ</p> <p>Tápanyagok: TEL, ZSÍR: 4.30 GRAMM, CUKOR: 0.15 GRAMM, SÓ: 0.77 GRAMM, CALCIUM: 240.00 MG, ROST: 0.25 GRAMM, SZÉNHDIRÁT: 23.45 GRAMM, ZSÍR: 6.20 GRAMM, ENERGIA: 177.00 KCAL, FEHÉRJE: 8.35 GRAMM</p> <p>Allergének: GLUTÉNT TARTALMAZÓ GABONA, SZÉNYVAGY ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TEJ ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK, TOJÁS ÉS ABBÓL KÉSZÜLT TERMÉKEK</p>
	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	