Iskola étlap

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Hétfő/okt.21.** | **Kedd/okt.22** | **Szerda** | **Csütörtök/okt.24** | **Péntek/okt.25** |
| **Ebéd** | Tojásleves 1. (1,3)Milánói makaróni 1. (1,3,7) | Daragaluska leves 1. (1,3,9)Zöldborsófőzelék 1. (1,7)Stefánia vagdalt 1. (1,3) | **Október 23.** | Jókai bableves 1. (1,9)Szalagos fánk, lekvár 1. (1,3,7)Gyümölcs | Csícsa leves 1. (1,3,9)Frankfurti sertéstokány 1. (1)Zöldséges rizs 1. |
| energia:679 Kcal | fehérje:32 g | zsír / telített zs.:31 g / 9,2 g | energia:578 Kcal | fehérje:29 g | zsír / telített zs.:24 g / 5,5 g | energia:0 Kcal | fehérje:0 g | zsír / telített zs.:0 g / 0 g | energia:682 Kcal | fehérje:28 g | zsír / telített zs.:22 g / 6,8 g | energia:688 Kcal | fehérje:25 g | zsír / telített zs.:35 g / 8,6 g |
| szénhidrát:66 g | cukor:0 g | só:3,1 g | szénhidrát:61 g | cukor:0 g | só:1,5 g | szénhidrát:0 g | cukor:0 g | só:0 g | szénhidrát:91 g | cukor:13 g | só:1,5 g | szénhidrát:67 g | cukor:0 g | só:1,8 g |
| Allergének: glutén; tojás; tejtermék, laktóz | Allergének: zeller; glutén; tojás; tejtermék, laktóz | Allergének:  | Allergének: zeller; glutén; tejtermék, laktóz; tojás | Allergének: zeller; glutén; tojás |
| Feltételezhető: csillagfürt | Feltételezhető: csillagfürt | Feltételezhető:  | Feltételezhető: kéndioxid, szulfit | Feltételezhető: mustár; szója; tejtermék, laktóz |

 1.glutén 2.rák 3.tojás 4.hal 5.földimogyoró 6.szója 7.tejtermék, laktóz 8.diófélék 9.zeller 10.mustár 11.szezám 12.kéndioxid, szulfit 13.csillagfürt 14.puhatestûek