

Hétfő 2024.04.08	Kedd 2024.04.09	Szerda 2024.04.10.	Csütörtök 2024.04.11.	Péntek 2024.04.12.
Tízórai Gyümölcs tea Teljes kiőrlésű kenyér (03,07,01.) Margarin Alpesi szalámi (06.) E:1 390(Kj) 333(KCal) F: 11(g)Kol: 34(g)Sz: 7(g) Zsír: 10(g)Cuk: 10(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Tej (07.) Molnárka E:1 303(Kj) 312(KCal) F: 12(g)Kol: 24(g)Sz: 48(g) Zsír: 7(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Gyümölcs tea Kenyer (01.) Margarin Párizsi felvágott (06.) Retek E:1 353(Kj) 324(KCal) F: 12(g)Kol: 26(g)Sz: 37(g) Zsír: 9(g)Cuk: 10(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Karamell (07.) Bagette (01,07.) E:1 144(Kj) 274(KCal) F: 11(g)Kol: 24(g)Sz: 36(g) Zsír: 4(g)Cuk: 10(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Gyümölcs tea Kenyer (01.) Margarin Szendrics sonka (06.) Paprika E: 965(Kj) 231(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 34(g) Zsír: 3(g)Cuk: 10(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)
Ebéd Sertés raguleves Tejberizs (07.) Kakaó szórást E:1 776(Kj) 425(KCal) F: 20(g)Kol: 61(g)Sz: 79(g) Zsír: 11(g)Cuk: 18(g)Só:2,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Rozmaringos zöldség leves Lucskos káposzta (01.) sertés hússal Túró rudi (07.) E:1 256(Kj) 300(KCal) F: 14(g)Kol: 66(g)Sz: 33(g) Zsír: 10(g)Cuk: 0(g)Só:2,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Csont leves (01,03.) Sertés apró vadas mártásban (07,09,01,10.) Makaróni (01,03.) E:3 125(Kj) 747(KCal) F: 29(g)Kol: 97(g)Sz: 115(g) Zsír: 13(g)Cuk: 3(g)Só:3,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Zöldbab leves (01,09.) Tárkonyos burgonya főzelék Vagdalt pogácsa E:2 795(Kj) 668(KCal) F: 27(g)Kol: 67(g)Sz: 73(g) Zsír: 28(g)Cuk: 0(g)Só:3,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Sajtkrémléves (01,07.) Levesgyöngy (01.) Tárkonyos hús (01.) Saláta E:1 787(Kj) 428(KCal) F: 20(g)Kol: 46(g)Sz: 56(g) Zsír: 10(g)Cuk: 2(g)Só:3,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)
Uzsonna Kenyer (01.) Magvas vajkrém (07.) E: 876(Kj) 210(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 32(g) Zsír: 6(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Kenyer (01.) Császárszalonna (06.) Ujhagyma E:1 682(Kj) 402(KCal) F: 16(g)Kol: 21(g)Sz: 37(g) Zsír: 22(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Kenyer (01.) Margarin Lekvár E: 775(Kj) 185(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 35(g) Zsír: 2(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Foszlós kalács (01,03.) Vaníliás krémtúró (07,03.) E:2 106(Kj) 504(KCal) F: 16(g)Kol: 20(g)Sz: 87(g) Zsír: 9(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)	Kakaós csiga (01,03.) E:1 075(Kj) 257(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 31(g) Zsír: 12(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)

01=Gluténmentes,02=Keményítőmentes,03=Tojás,04=Halak,05=Földimogyoró,06=Szójabab,07=Tej,08=Diófélék,09=Zeller,10=Mustár,11=Szezám,12=Kén-dioxid,13=Csilagfürt,14=Puhatestűek,

Élelmiszervezető

ISKOLA DIÉTÁS

ÉTLAP 15.hét

2024.04.08-04.12

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tejmentes	Ebéd Sertés raguleves Tejberizs rizstejből Kakaó szórást	Rozmaringos zöldség leves Lucskos káposzta sertés hússal Túró rudi	Csont leves Sertés apró vadas mártásban Makaróni	Zöldbab leves Tárkonyos burgonya főzelék Sertés pörkölt	Ivólé Rizseshús Saláta
Glutén mentes	Ebéd Sertés raguleves Tejberizs Kakaó szórást	Rozmaringos zöldség leves Lucskos káposzta sertés hússal Túró rudi	Csont leves Sertés apró vadas mártásban GM Makaróni	Zöldbab leves Tárkonyos burgonya főzelék Sertés pörkölt	Ivólé Rizseshús Saláta
Tej-Tojás mentes	Ebéd Sertés raguleves Tejberizs rizstejből Kakaó szórást	Rozmaringos zöldség leves Lucskos káposzta sertés hússal Túró rudi	Csont leves Sertés apró vadas mártásban GM Makaróni	Zöldbab leves Tárkonyos burgonya főzelék Sertés pörkölt	Ivólé Rizseshús Saláta

Jó étvágyat kívánunk!

CHRISSTEAM KFT.

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk