

Étlap tervezet

2017 51. hét

2017.12.18.-2017.12.24.

Diák és Munkahelyi Vendéglátó Kft.

1002 Gyöngyösi konyha

Étlap: D+M

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Citromos tea Zalai felvágott Liga Csökk. zsirtart. margarin Jégcsap retek TK formakenyér</p> <p>En: 1555 kJ (371 kCal) Zsír: 15,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,5 g Cukor: 9,1 g Feh: 11,1 g Só: 1,6 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Tejeskávé Vajas kifli</p> <p>En: 1285 kJ (307 kCal) Zsír: 5,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 51,6 g Cukor: 8,6 g Feh: 11,2 g Só: 0,8 g Allergének:1,7</p>	<p>Gyümölcs tea Sertéspárizsi Delma margarin Kígyó uborka Vizes zsemle</p> <p>En: 1367 kJ (327 kCal) Zsír: 10,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 49,0 g Cukor: 15,0 g Feh: 7,9 g Só: 1,4 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Kakaó TK kifli sószegegy</p> <p>En: 1361 kJ (325 kCal) Zsír: 6,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,0 g Cukor: 10,8 g Feh: 12,8 g Só: 0,8 g Allergének:1,7</p>	<p>Citromos tea Diákcsemege Vaj Sárgarépa hasáb TK zsemle</p> <p>En: 1878 kJ (449 kCal) Zsír: 23,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 46,3 g Cukor: 9,1 g Feh: 10,6 g Só: 1,6 g Allergének:1,6,7</p>
Ébéd	<p>Májgaluskaleves Sárgaborsó főzelék Fokhagymás sertésapró Alma</p> <p>En: 3569 kJ (852 kCal) Zsír: 38,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 80,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 43,9 g Só: 2,3 g Allergének:1,3,9</p>	<p>Kertész leves Milánói makaróni Szaloncukor</p> <p>En: 3541 kJ (846 kCal) Zsír: 37,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 90,6 g Cukor: 1,1 g Feh: 36,2 g Só: 6,5 g Allergének:1,3,6,7,8</p>	<p>Lebbencsleves Székelykáposzta TK formakenyér</p> <p>En: 2449 kJ (585 kCal) Zsír: 20,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 65,0 g Cukor: 0,1 g Feh: 29,0 g Só: 2,8 g Allergének:1,3,7</p>	<p>Rostos gyümölcsle Tavaszi csirkemell Párolt rizs Vitamin saláta</p> <p>En: 3048 kJ (728 kCal) Zsír: 18,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 108,0 g Cukor: 8,0 g Feh: 26,3 g Só: 3,6 g Allergének:1</p>	<p>Zöldségkrémleves Leves gyöngy Rántott csirkemellfilé Burgonyapüré Csemege uborka</p> <p>En: 3715 kJ (887 kCal) Zsír: 27,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 97,2 g Cukor: 1,0 g Feh: 44,5 g Só: 2,5 g Allergének:1,3,7,9</p>
Uzsonna	<p>Nádudvari snidlinges sajt kém Vizes zsemle</p> <p>En: 908 kJ (217 kCal) Zsír: 4,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,5 g Só: 0,9 g Allergének:1,7</p>	<p>Delma multivitamin margarin 40 Kaliforniai paprika TK zsemle</p> <p>En: 962 kJ (230 kCal) Zsír: 6,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 36,2 g Cukor: 0,1 g Feh: 5,4 g Só: 0,9 g Allergének:1</p>	<p>Pudingos croissan</p> <p>En: 1149 kJ (275 kCal) Zsír: 12,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,1 g Cukor: 5,7 g Feh: 4,1 g Só: 0,4 g Allergének:1</p>	<p>Kenőmájas Lilahagyma Félbarna kenyér</p> <p>En: 1254 kJ (299 kCal) Zsír: 11,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 36,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 11,3 g Só: 2,0 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Sajtos kifli sószegegy</p> <p>En: 785 kJ (188 kCal) Zsír: 5,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 28,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 7,4 g Só: 0,2 g Allergének:1,7</p>

Allergének: 1.-Gabonák, amelyek glutént tartalmaznak, 2.-Rákok és abból 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 tejtermékek, beleértve a laktózt, 8.-Diók, mogyorók és azokból készült termékek, 9.-Zeller és abból készült termékek, 10.-Mustár és abból készült termékek, 11.-szezámmag és abból készült termékek, 12.-Kén-dioxid és szulfátok - 10mg/kg konc. esetén, 13.-Csillagfürt és abból készült termékek, 14.-Puhatestűek és abból készült termékek