

Heti étlap 2019.05.20. - 2019.05.24.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	Barackos tea, Margarinnal kent tejles kiöltésű kenyér pártzival, Paprika	Meggyes tea, Hot-dog	Tej, Gyümölcslekvárral és margarinnal kent Félbarna kenyér	Limonádé, sült hús krémmel kent Rozskenyér	Csipkebogyó tea, Körözöttel kent Graham kenyér
	Energia: 324,85 Kcal / 1,357,04 KJ Fehéje Zsír T.Zsírnav 8,64 g 11,64 g 3,35 g Szénhidrát Cukor S6 45,85 g 15,99 g 1,07 g	Energia: 330,01 Kcal / 1,379,44 KJ Fehéje Zsír T.Zsírnav 11,39 g 12,31 g 4,80 g Szénhidrát Cukor S6 42,92 g 19,99 g 2,13 g	Energia: 340,52 Kcal / 1,423,57 KJ Fehéje Zsír T.Zsírnav 12,80 g 10,80 g 3,53 g Szénhidrát Cukor S6 48,02 g 5,20 g 1,58 g	Energia: 283,45 Kcal / 1,101,22 KJ Fehéje Zsír T.Zsírnav 8,44 g 7,21 g 7,09 g Szénhidrát Cukor S6 40,81 g 9,99 g 0,83 g	Energia: 257,84 Kcal / 1,077,77 KJ Fehéje Zsír T.Zsírnav 8,69 g 2,29 g 0,86 g Szénhidrát Cukor S6 50,22 g 15,89 g 1,44 g
Ebéd	Magyaros sertésragu leves, Telberizs, Kakao szórárt	Daragaluca leves, Rakott burgonya lecsóköbbsázzal, csemege uborka	Fokhagymakrémléves, Pirított kenyétkocka, Bazsalikomos csirkeraagu, Főtt tészta	Paradisom leves, Parólt rizs, Rozmaringos sült csirkecomb, Almakompót	Zöldsegleves, Burgonyafőzelék, Nuggets
	Energia: 728,86 Kcal / 3,046,63 KJ Fehéje Zsír T.Zsírnav 28,55 g 18,70 g 6,76 g Szénhidrát Cukor S6 110,82 g 23,99 g 3,09 g	Energia: 529,60 Kcal / 2,213,79 KJ Fehéje Zsír T.Zsírnav 22,30 g 23,11 g 9,24 g Szénhidrát Cukor S6 56,71 g 0,01 g 13,18 g	Energia: 638,00 Kcal / 2,666,84 KJ Fehéje Zsír T.Zsírnav 30,40 g 24,42 g 4,17 g Szénhidrát Cukor S6 73,51 g 0,00 g 2,88 g	Energia: 903,57 Kcal / 3,776,92 KJ Fehéje Zsír T.Zsírnav 48,39 g 20,03 g 3,57 g Szénhidrát Cukor S6 130,81 g 33,57 g 4,69 g	Energia: 952,22 Kcal / 3,980,28 KJ Fehéje Zsír T.Zsírnav 32,17 g 39,70 g 8,94 g Szénhidrát Cukor S6 114,78 g 0,05 g 4,23 g
Uzsonna	Paprikás pulykamell sonka, Margarinnal kent Kifli	Tzatzikis sajtkrémekkel kent Korpás zsemle	Margarinnal kent Tejles kiöltésű kenyér olasz felvágottal, Salátalevél	Zöldfűszeres vajkrémmel kent Félbarna kenyér, Pórhagymakarika	Alma, Kukoricás pogácsa
	Energia: 205,64 Kcal / 859,58 KJ Fehéje Zsír T.Zsírnav 7,47 g 9,23 g 2,61 g Szénhidrát Cukor S6 22,94 g 0,00 g	Energia: 194,07 Kcal / 811,21 KJ Fehéje Zsír T.Zsírnav 5,58 g 6,13 g 3,57 g Szénhidrát Cukor S6 28,91 g 0,00 g	Energia: 273,13 Kcal / 1,141,88 KJ Fehéje Zsír T.Zsírnav 8,37 g 13,90 g 4,23 g Szénhidrát Cukor S6 28,31 g 0,00 g	Energia: 228,71 Kcal / 960,19 KJ Fehéje Zsír T.Zsírnav 6,70 g 7,86 g 3,48 g Szénhidrát Cukor S6 32,79 g 0,00 g	Energia: 234,70 Kcal / 981,05 KJ Fehéje Zsír T.Zsírnav 3,06 g 13,70 g 3,58 g Szénhidrát Cukor S6 23,98 g 0,00 g

Az étlanválogatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.
Az ételmenükénti allergén információkról felvilágosítást a központi diétaelfelügyeltől kérhetők: dieterika@isgastro.hu; +36 70 614 8011

Allergén lista (kód-alletterén)

1-glutén	4-hal	7-tejtermék,laktóz	10-mustár
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid
			15-mesterséges élesztőszer
			13-csillagfűrt
			14-puhatestűek
			16-édesgyökér
		
			Élelmiszervezető

Jó étvágyat kívánunk!