

# ÉTLAP

2023.10.02-2023.10.06, normál, A

Dátum	Étkezés ebéd
2023.10.02, Hétfő	<p><b>EBÉD</b></p> <p><b>bab gulyás iskolás</b> Allergén(ek): glutén,tojás,zeller,</p> <p><b>Túrós derelye</b> Allergén(ek): glutén,laktoz,tejf,toj,</p> <p><b>Teljes kiőrlésű kenyér</b> Allergén(ek): gluten,</p> <p><b>Banán iskolás</b> (Energ.(Kcal):1720.63 Zsír(g):52.70 Tel.zs(g):5.08 Feh.(g):71.82 Széh.(g):207.26 Cukor(g):2.16)</p>
2023.10.03, Kedd	<p><b>EBÉD</b></p> <p><b>Brokkolikrémleves iskolás</b> Allergén(ek): glutén,tojás,pollen,</p> <p><b>Sült csirke iskolás</b></p> <p><b>Párolt rizs</b></p> <p><b>párolt zöldség iskolás</b></p> <p><b>csalamádé iskolás</b> (Energ.(Kcal):1089.25 Zsír(g):48.37 Tel.zs(g):0.23 Feh.(g):85.96 Széh.(g):69.05)</p>
2023.10.04, Szerda	<p><b>EBÉD</b></p> <p><b>burgonyaleves iskolás</b> Allergén(ek): glutén,laktoz,tejf,</p> <p><b>Zöldborsó főzelék iskolás</b> Allergén(ek): glutén,laktoz,tejf,fehérje,pollen,</p> <p><b>Sült virsli iskolás</b></p> <p><b>Alma gála</b> (Energ.(Kcal):1115.83 Zsír(g):44.21 Tel.zs(g):0.81 Feh.(g):37.53 Széh.(g):106.17 Cukor(g):5.42)</p>
2023.10.05, Csütörtök	<p><b>EBÉD</b></p> <p><b>csirkeragu leves iskolás</b> Allergén(ek): zeller,glutén,tojás,</p> <p><b>Káposztás kocka iskolás</b> Allergén(ek): tojás,glutén,</p> <p><b>Banán iskolás</b> (Energ.(Kcal):1149.70 Zsír(g):28.87 Tel.zs(g):0.54 Feh.(g):41.39 Széh.(g):180.20 Cukor(g):1.49)</p>
2023.10.06, Péntek	<p><b>EBÉD</b></p> <p><b>Zöldség leves iskolás</b> Allergén(ek): zeller,glutén,tojás,</p> <p><b>rántott csirkemell iskolás</b> Allergén(ek): glutén,tojás,laktoz,tejf,fehérje,</p> <p><b>Petr.burgonya iskolás</b></p> <p><b>Csemege uborka iskolás</b> (Energ.(Kcal):1160.11 Zsír(g):57.97 Tel.zs(g):0.17 Feh.(g):37.64 Széh.(g):83.47 Cukor(g):0.71)</p>

**Jó étvágyat kívánunk!**