

ÉTLAP

Gyermek
MENZA

BUDAPEST-ÓBUDA

Középiskola

2016.NOVEMBER 21-27.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
TÍZÓRAI	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: SZH: SÓ: ZSÍR:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: SZH: SÓ: ZSÍR:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: SZH: SÓ: ZSÍR:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: SZH: SÓ: ZSÍR:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: SZH: SÓ: ZSÍR:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: SZH: SÓ: ZSÍR:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: SZH: SÓ: ZSÍR:</p>
EBÉD	<p>Vajas galuskaleves Székelykáposzta Teljes kiőrlésű kenyér Alma</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, mustár, szezámmag, szójabab, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 700 SZH: 73 SÓ: 3,42 ZSÍR: 32</p>	<p>Tárkonyos halraguleves Burgonyás kocka Csemege uborka /cukorral és édesítőszerrel/ Narancs</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, hal, kén-dioxid, mustár, szójabab, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 843 SZH: 104 SÓ: 1,9 ZSÍR: 27</p>	<p>Tejfölös karfiolleves Szárnyas májrizottó Reszelt sajttal Kókusz golyó</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 875 SZH: 103 SÓ: 1,93 ZSÍR: 30</p>	<p>Zellerleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonyával</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, kén-dioxid, mustár, szójabab, tojás, zeller</p> <p>EN: 900 SZH: 101 SÓ: 2,11 ZSÍR: 41</p>	<p>Zöldség krémleves Levesgyönggyel Lecsós sertésszelet Párolt kölessel</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, mustár, szezámmag, szójabab, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 899 SZH: 80 SÓ: 3,01 ZSÍR: 46</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: SZH: SÓ: ZSÍR:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: SZH: SÓ: ZSÍR:</p>
UZSONNA	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: SZH: SÓ: ZSÍR:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: SZH: SÓ: ZSÍR:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: SZH: SÓ: ZSÍR:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: SZH: SÓ: ZSÍR:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: SZH: SÓ: ZSÍR:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: SZH: SÓ: ZSÍR:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: SZH: SÓ: ZSÍR:</p>

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról, továbbá a fenti ételek összetevőiről érdeklődj a konyhai személyzetnél!

A szükség szerinti étlap változásért előre is elnézést kérjük, megértésedet köszönjük!

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (energia; kcal/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), SÓ (sótartalom; g/adag), ZSÍR (zsírtartalom; g/adag)

ÉTLAP

Gyermek
MENZA

BUDAPEST-ÓBUDA

Középkiskola

2016. NOV.28- DEC.4.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
TÍZÓRAI	<i>Allergének:</i> EN: SZH: SÓ: ZSÍR:	<i>Allergének:</i> EN: SZH: SÓ: ZSÍR:	<i>Allergének:</i> EN: SZH: SÓ: ZSÍR:	<i>Allergének:</i> EN: SZH: SÓ: ZSÍR:	<i>Allergének:</i> EN: SZH: SÓ: ZSÍR:	<i>Allergének:</i> EN: SZH: SÓ: ZSÍR:	<i>Allergének:</i> EN: SZH: SÓ: ZSÍR:
EBÉD	Magyaros burgonyaleves Temesvári csirkeragu Párolt rizszel <i>Allergének:</i> glutén, kén-dioxid, mustár, szójabab, tej, tojás, zeller EN: 899 SZH: 105 SÓ: 2,77 ZSÍR: 35	Daragaluska leves Tököfőzelék Csirkepörkölttel Teljes kiőrlésű kenyér Banán <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, mustár, szezámmag, szójabab, tej, tojás, zeller EN: 758 SZH: 133 SÓ: 3,27 ZSÍR: 20	Sárgaborsó gulyás Tejbedara Kakaós szórattal Teljes kiőrlésű kenyér Alma <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, mustár, szezámmag, szójabab, tej, tojás EN: 900 SZH: 122 SÓ: 3,16 ZSÍR: 28	Zsúrmóka leves Paprikás burgonya Káposztasalátával Félbarna kenyér <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, mustár, szezámmag, szójabab, tej, tojás, zeller EN: 885 SZH: 99 SÓ: 3,5 ZSÍR: 37	Zellerkrémleves Levesgyönggyel Majorannás sült csirkecomb Párolt rizszel Párolt zöldséggel <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, mustár, szezámmag, szójabab, tej, tojás, zeller EN: 762 SZH: 62 SÓ: 2,7 ZSÍR: 29	<i>Allergének:</i> EN: SZH: SÓ: ZSÍR:	<i>Allergének:</i> EN: SZH: SÓ: ZSÍR:
UZSONNA	<i>Allergének:</i> EN: SZH: SÓ: ZSÍR:	<i>Allergének:</i> EN: SZH: SÓ: ZSÍR:	<i>Allergének:</i> EN: SZH: SÓ: ZSÍR:	<i>Allergének:</i> EN: SZH: SÓ: ZSÍR:	<i>Allergének:</i> EN: SZH: SÓ: ZSÍR:	<i>Allergének:</i> EN: SZH: SÓ: ZSÍR:	<i>Allergének:</i> EN: SZH: SÓ: ZSÍR:

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról, továbbá a fenti ételek összetevőiről érdeklődj a konyhai személyzetnél!

A szükség szerinti étlap változásért előre is elnézsedet kérjük, megértésedet köszönjük!

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (energia; kcal/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), SÓ (sótartalom; g/adag), ZSÍR (zsírtartalom; g/adag)