



## ÉTLAP

7-14 éves gyerekek részére, 2020.11.02.-06. 45. HÉT (1-es iskola, Kőrösi iskola, Széchenyi iskola)

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK										
<b>TÍZÓRAI</b> (allergének)	Gyümölcsjoghurt (26) Kifli (20)	Citromos tea Trappista sajt (26) Margarin Félbarna kenyér (20)	Tej (26) Margarin Zabpelyhes rúd (20)	Kakaó (26) Kuglóf (20)	Gyümölcsstea Ribizlis túrókrém (26) Teljes k kenyér (20)										
Só és tápanyag tartalom	EN(kcal):322			EN(kcal):336			EN(kcal):254			EN(kcal):350			EN(kcal):263		
	ZS(g): 3	TZS(g): 1	F(g):9	ZS(g):13	TZS(g): 7	F(g):16	ZS(g):7	TZS(g): 3	F(g):12	ZS(g):10	TZS(g): 4	F(g):13	ZS(g):3	TZS(g): 1	F(g):11
	SZH(g): 61	CK(g): 37	SÓ(g): 0,8	SZH(g): 36	CK(g): 10	SÓ(g): 0,8	SZH(g): 32	CK(g): 14	SÓ(g): 0,9	SZH(g): 49	CK(g): 24	SÓ(g): 0,6	SZH(g): 45	CK(g):18	SÓ(g): 0,9
<b>EBÉD</b> (allergének)	Tárkonyos zöldségleves (20,22,28) Lecsős virsli (20) Tarhonya (durum) (20)	Csurgatott tojásleves (20,22) Rakott karfiol (26)	Brokkolikrémleves (20,22,26) Almás sajtos csirkemell (26) Párolt rizs	Zöldborsófőzelék (20,26) Vagdalt húspogácsa (20,22) Mákos sütemény (20,22,26)	Magyaros zöldbableves (20,22) Stroganoff ragu (26,29) Bulgur										
Só és tápanyag tartalom	EN(kcal):763			EN(kcal):526			EN(kcal):679			EN(kcal):1123			EN(kcal):650		
	ZS(g): 43	TZS(g): 9	F(g):23	ZS(g):38	TZS(g): 10	F(g):18	ZS(g): 30	TZS(g): 7	F(g):30	ZS(g):59	TZS(g): 12	F(g):33	ZS(g):32	TZS(g): 13	F(g):24
	SZH(g): 69	CK(g): 6	SÓ(g): 3,4	SZH(g): 27	CK(g):1	SÓ(g):3	SZH(g): 70	CK(g): 0,6	SÓ(g): 2,4	SZH(g): 111	CK(g): 39	SÓ(g): 2,9	SZH(g): 63	CK(g):0,7	SÓ(g): 3,1
<b>UZSONNA</b> (allergének)	Krémsajt (26) Teljes k zsemle (20) Paprika	Herkules felvágott Margarin Teljes k kenyér (20) Jégsaláta	Szendvicssonka Margarin Teljes k kenyér (20) Kígyóborka	Zalai felvágott Margarin Teljes k kenyér (20) Jégcsapretek	Sajtos pogácsa (20) Gyümölcs										
Só és tápanyag tartalom	EN(kcal):185			EN(kcal):272			EN(kcal):223			EN(kcal):245			EN(kcal):340		
	ZS(g): 5	TZS(g): 3	F(g):7	ZS(g):10	TZS(g): 3	F(g):11	ZS(g):4	TZS(g): 1	F(g): 10	ZS(g):7	TZS(g): 2	F(g):10	ZS(g):21	TZS(g): 6	F(g):4
	SZH(g): 24	CK(g): 0,8	SÓ(g): 1,2	SZH(g): 36	CK(g):0	SÓ(g): 1,7	SZH(g): 32	CK(g): 0,6	SÓ(g): 1,7	SZH(g): 31	CK(g): 0,1	SÓ(g): 1,5	SZH(g): 32	CK(g): 0,4	SÓ(g): 0,3

A Dussmann Catering az étlapon tájékoztatja Önt az ételeiben előforduló allergénekről. A lista 14 allergént sorol fel, melyek leggyakrabban felelősek az ételallergiáért. Az egyértelmű jelölés segíti az allergén azonosítását az ételeinkben. A számozás (20-33) megmutatja, hogy melyik étel, melyik allergén összetevőt tartalmazza. A tájékoztató nem teljeskörű. Abban az esetben, ha részletesebb információra van szüksége, akkor a mellékelt allergén tájékoztatókkal nyújtunk segítséget az Ön számára



Jó étvágyat kívánunk!

Üzletvezető: László Erika