




ÉTLAP

7-14 éves gyerekek részére, 2020.11.30.-12.04. 49. HÉT (1-es iskola, Kőrösi iskola, Széchenyi iskola)

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK										
TÍZÓRAI (allergének)	Vanília tej (26) Kalács (20)	Citromos tea Körözött (26) Félbarna kenyér (20)	Málnás joghurt (26) Sulirúd (20)	Gyümölcs tea Füstölt sajtkrém (26) Uzsonnakenyér (20)	Tej (26) Margarin Teljes k stangli (20)										
Só és tápanyag tartalom	EN(kcal):345			EN(kcal):200			EN(kcal):451			EN(kcal):285			EN(kcal):279		
	ZS(g): 8	TZS(g): 4	F(g):14	ZS(g):2	TZS(g): 1	F(g):8	ZS(g):11	TZS(g): 10	F(g):44	ZS(g):11	TZS(g): 4	F(g):8	ZS(g):7	TZS(g): 3	F(g):14
	SZH(g): 52	CK(g): 20	SÓ(g): 0,6	SZH(g): 36	CK(g): 10	SÓ(g): 0,9	SZH(g): 41	CK(g): 22	SÓ(g): 0,4	SZH(g): 36	CK(g): 11	SÓ(g): 0,3	SZH(g): 35	CK(g):14	SÓ(g): 1
EBÉD (allergének)	Hús galuska leves (20,22,28) Színes rakott tészta (20,26) Gyümölcs	Májgaluska leves (20,22,28) Parajmártás (20,26) Főtt tojás (22) Sós burgonya Teljes k kenyér (20)	Zöldborsóleves (20,22) Mézes mustáros szárnyasragu (26,29) Sárgarépás rizs	Húsleves (20,22,28) Gyümölcsmártás (20,26) Főtt hús Pirított dara (20)	Csurgatott tojásleves (20,22) Rántott csirkemell tökmagos bundában (20,22,26,27) Bulgar, házi csalamádé 										
Só és tápanyag tartalom	EN(kcal):594			EN(kcal):514			EN(kcal):741			EN(kcal):503			EN(kcal):746		
	ZS(g): 27	TZS(g): 9	F(g):23	ZS(g):16	TZS(g): 3	F(g):22	ZS(g):34	TZS(g): 5	F(g):25	ZS(g): 11	TZS(g): 10	F(g):21	ZS(g):32	TZS(g): 4	F(g):31
	SZH(g): 62	CK(g): 1	SÓ(g): 2,7	SZH(g): 67	CK(g): 2	SÓ(g): 3,2	SZH(g): 81	CK(g): 9	SÓ(g): 3	SZH(g): 75	CK(g): 17	SÓ(g): 3,2	SZH(g): 79	CK(g):6	SÓ(g): 3,5
UZSONNA (allergének)	Diákcsemege Margarin Teljes k kenyér (20) Kígyóuborka	Párizsi Margarin Rozsos zsemle (20) Jégsaláta	Csirkemell sonka Margarin Teljes k kenyér (20) Jégsapretek	Házi májkrém Teljes k kenyér (20) Savanyú káposzta	Sajtós pogácsa (20) Sárgarépa										
Só és tápanyag tartalom	EN(kcal):269			EN(kcal):174			EN(kcal):214			EN(kcal):267			EN(kcal):325		
	ZS(g): 9	TZS(g): 3	F(g):11	ZS(g):6	TZS(g): 2	F(g):6	ZS(g):3	TZS(g): 0,7	F(g):9	ZS(g):9	TZS(g): 3	F(g):10	ZS(g):21	TZS(g): 6	F(g):4
	SZH(g): 32	CK(g): 0,3	SÓ(g): 1,5	SZH(g): 25	CK(g):0	SÓ(g): 1,3	SZH(g): 32	CK(g): 0,2	SÓ(g): 1,5	SZH(g): 32	CK(g): 0	SÓ(g): 1,6	SZH(g): 29	CK(g):0,4	SÓ(g): 0,2

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.

Üzletvezető: László Erika

Jó étvágyat kívánunk!