



ÉTLAP

7-14 éves gyerekek részére, 2020.12.14.-18. 51. HÉT (1-es iskola, Kőrösi iskola, Széchenyi iskola)

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK										
TÍZÓRAI (allergének)	Tej (26) Gabonagolyó (20,24,27)	Gyümölcsstea Almás fahéjas túrókrém (26) Uzsonnakenyér (20)	Tej (26) Margarin Sulirúd (20)	Citromos tea Füstölt sajt (26) Margarin Teljes k kenyér (20)	Tejeskávét (26) Kalács (20)										
Só és tápanyag tartalom	EN(kcal):217			EN(kcal):242			EN(kcal):250			EN(kcal):372			EN(kcal):352		
	ZS(g): 5	TZS(g): 3	F(g):10	ZS(g):3	TZS(g): 0,7	F(g):7	ZS(g):7	TZS(g): 3	F(g):11	ZS(g):14	TZS(g): 7	F(g):17	ZS(g):8	TZS(g): 4	F(g):14
	SZH(g): 30	CK(g): 21	SÓ(g): 0,3	SZH(g): 44	CK(g): 18	SÓ(g): 0	SZH(g): 31	CK(g): 14	SÓ(g): 0,6	SZH(g): 41	CK(g): 10	SÓ(g): 1,6	SZH(g): 53	CK(g):23	SÓ(g): 0,6
EBÉD (allergének)	Húsgaluska leves (20,22,28) Sajtos spagetti (20,26) Gyümölcs	Fejtett babfőzelék (20,26) Majorannás pecsenye Gesztényés sütemény (20,22,26) Teljes k kenyér (20)	Zöldborsóleves (20,22) Eszterházy ragu (26,29) Petrezselymes bulgur	Gulyásleves (20,22,28) Karácsonyi mákos guba (20,26)	Ivólé Szezámós rántott csirkemell (20,22,26,30) Rizi bizi Szaloncukor (20,25,26)										
Só és tápanyag tartalom	EN(kcal):659			EN(kcal):856			EN(kcal):659			EN(kcal):803			EN(kcal):652		
	ZS(g): 31	TZS(g): 11	F(g):26	ZS(g):29	TZS(g): 14	F(g):35	ZS(g): 26	TZS(g): 4	F(g):30	ZS(g):24	TZS(g): 11	F(g):30	ZS(g):19	TZS(g): 3	F(g):24
	SZH(g): 69	CK(g): 1	SÓ(g): 3,1	SZH(g): 110	CK(g): 39	SÓ(g): 2,2	SZH(g): 72	CK(g): 4	SÓ(g): 2,4	SZH(g): 112	CK(g): 28	SÓ(g): 3,3	SZH(g): 94	CK(g):14	SÓ(g): 3,3
UZSONNA (allergének)	Kenőmáj teljes k kenyér (20) Kígyóuborka	Edami sajtkrém (26) Rozsos zsemle (20) Paprika	Soproni felvágott Margarin Teljes k kenyér (20) Jégsaláta	Herkules felvágott Margarin Zsemle (20) Jégsapretek	Perec (20) Gyümölcs										
Só és tápanyag tartalom	EN(kcal):240			EN(kcal):210			EN(kcal):261			EN(kcal):254			EN(kcal):168		
	ZS(g): 6	TZS(g): 2	F(g):10	ZS(g):9	TZS(g): 3	F(g):6	ZS(g):9	TZS(g): 2	F(g):10	ZS(g): 9	TZS(g): 3	F(g):9	ZS(g):3	TZS(g): 0,5	F(g):4
	SZH(g): 31	CK(g): 0	SÓ(g): 1,4	SZH(g): 21	CK(g):0	SÓ(g): 0,8	SZH(g): 36	CK(g): 0	SÓ(g): 1,1	SZH(g): 32	CK(g):0				SÓ(g): 0,2
													Jó étvágyat kívánunk!		



A Dussmann Catering az étlapon tájékoztatja Önt az ételeiben előforduló allergénekről. A lista 14 allergént sorol fel, melyek leggyakrabban felelősek az ételallergiákért. 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.

