

Szerb Iskola Sertéshús mentes(felső)

Étlap

2019. február 11 - 2019. február 15

Étkezés	2019.02.11 Hétfő	2019.02.12 Kedd	2019.02.13 Szerda	2019.02.14 Csütörtök	2019.02.15 Péntek
Tízórai	Tejeskávé 2 dl ₇ , Petrezselymes margarinkrém, félbarna kenyér _{1,6}	Tej 2 dl ₇ , Kígyóuboka, Teljeskiőrlésű kenyér ₁ , pulyka felvágott Kométa ₆ , Delma szendvics margarin 20%	Tea, kockasajt ₇ , Kifli ₁	Gyümölcsstea, félbarna kenyér _{1,6} , Baromfikrém csibemájjal	Tejeskávé 2 dl ₇ , Főtt tojás karika ₃ , Retek, korpás kenyér ₁
Ebéd	Kertészleves _{1,3} , Húsgombóc csirkéből ₃ , Paradicsom mártás _{1,9} , Alma, félbarna kenyér _{1,6}	Magyaros rizsleves, Zöldbabfőzelék tejfölös _{1,7} , Fokhagymás natúr csirkemáj ₁ , narancs, félbarna kenyér _{1,6}	Lencseleves baromfi virslivel _{1,6,7,10} , Grízes tészta lekvár, porcukor (durum) ₁	Szilvaleves pudingos ₇ , Rántott hal (pangasius) _{1,3,4} , Tört burgonya, félbarna kenyér _{1,6}	Karfiol leves _{1,3,7} , Bordás rövidcső durum ₁ , Csirkepörkölt, Káposzta saláta friss
Uzsonna	Lilahagyma, göcsei csirkemell sonka ₆ , Delma szendvics margarin 20%, Teljeskiőrlésű kenyér ₁	Mákos búrkifli _{1,3,7,8,11}	Delma szendvics margarin 20%, pritamin paprika, Csirkemell sonka, Teljeskiőrlésű kenyér ₁	Vaj ₇ , Méz, rozsos kenyér ₁	Natúr joghurt ₇ , Kifli ₁
Energia:	1 113,99kcal	1 176,31kcal	1 381,30kcal	1 386,92kcal	1 367,83kcal
Zsír:	36,31g	47,56g	39,64g	50,98g	52,54g
Telített zsírsav:	4,06g	6,63g	11,22g	13,53g	5,06g
Fehérje:	39,81g	48,22g	48,42g	41,47g	51,64g
Szénhidrát:	155,31g	134,19g	203,45g	186,16g	168,51g
Hozzáadott cukor:	27,97g	0,00g	24,28g	19,98g	16,98g
Só:	5,84g	5,36g	4,81g	4,09g	5,82g
Ca:	73,43mg	175,38mg	260,69mg	89,19mg	113,50mg

A változtatás jogát fenntartjuk!

Allergének:

- | | |
|---|--------------------------------------|
| 1. Glutént tartalmazó gabona | 8. Diófélék |
| 2. Rákfélék és azokból készült termékek | 9. Zeller és abból készült termékek |
| 3. Tojás és abból készült termékek | 10. Mustár és abból készült termékek |
| 4. Halak és azokból készült termékek | 11. Szezám és abból készült termékek |
| 5. Földimogyoró és abból készült termékek | 12. Kén-dioxid |
| 6. Szójabab és abból készült termékek | 13. Puhatestűek |
| 7. Tej és abból készült termékek | 14. Csillagfűt |

Iskola-Deszk(alsó tagozat)

Étlap

2019. február 11 - 2019. február 15

Étkezés	2019.02.11 Hétfő	2019.02.12 Kedd	2019.02.13 Szerda	2019.02.14 Csütörtök	2019.02.15 Péntek
Tízórai	Tejeskávé 2 dl ₇ , Petrezselymes margarinkrém, félbarna kenyér _{1,6}	Tej 2 dl ₇ , Kígyóuboka, Párizsi ÉFEF, Teljeskiőrlésű kenyér ₁ , Delma szendvics margarin 20%	Tea, kockasajt ₇ , Kifli ₁	Gyümölcsstea, Sertéspástétom (paradicsom), félbarna kenyér _{1,6}	Tejeskávé 2 dl ₇ , Főtt tojás karika ₃ , Retek, korpás kenyér ₁
Ebéd	Kertészleves _{1,3} , Húsgombóc ₃ , Paradicsom mártás _{1,9} , Alma, félbarna kenyér _{1,6}	Magyaros rizsleves, Zöldbabfőzelék tejfölös _{1,7} , Fokhagymás natúr csirkemáj ₁ , narancs, félbarna kenyér _{1,6}	Lencseleves virslivel _{1,7,10} , Grízes tészta lekvár, porcukor (durum) ₁	Szilvaleves pudingos ₇ , Rántott hal (pangasius) _{1,3,4} , Tört burgonya	Karfiol leves _{1,3,7} , Bordás rövidcső durum ₁ , Csirkepörkölt, Káposzta saláta friss
Uzsonna	Lilahagyma, göcsei csirkemell sonka ₆ , Teljeskiőrlésű kenyér ₁ , Delma szendvics margarin 20%	Mákos búrkifli _{1,3,7,8,11}	Gépsonka Tauris(sertés), Delma szendvics margarin 20%, Teljeskiőrlésű kenyér ₁ , pritamin paprika	Vaj ₇ , Méz, rozsos kenyér ₁	Natúr joghurt ₇ , Kifli ₁
Energia:	1 142,94kcal	1 198,07kcal	1 220,80kcal	1 112,72kcal	1 233,66kcal
Zsír:	45,41g	52,13g	35,62g	46,94g	45,69g
Telített zsírsav:	4,30g	8,22g	8,08g	12,45g	4,04g
Fehérje:	37,86g	45,66g	43,21g	31,93g	46,96g
Szénhidrát:	143,98g	132,12g	177,81g	136,36g	155,27g
Hozzáadott cukor:	23,98g	0,27g	18,85g	17,98g	14,99g
Só:	4,82g	3,73g	3,67g	4,23g	4,71g
Ca:	75,41mg	156,21mg	237,31mg	74,53mg	95,78mg

A változtatás jogát fenntartjuk!

Allergének:

- | | |
|---|--|
| 1. Glutént tartalmazó gabona | 8. Diófélék |
| 2. Rákfélék és azokból készült termékek | 9. Zeller és abból készült termékek |
| 3. Tojás és abból készült termékek | 10. Mustár és abból készült termékek |
| 4. Halak és azokból készült termékek | 11. Szezámag és abból készült termékek |
| 5. Földimogyoró és abból készült termékek | 12. Kén-dioxid |
| 6. Szójabab és abból készült termékek | 13. Puhatestűek |
| 7. Tej és abból készült termékek | 14. Csillagfürt |

sertéshús mentes iskola-Deszk(felső)

Étlap

2019. február 11 - 2019. február 15

Étkezés	2019.02.11 Hétfő	2019.02.12 Kedd	2019.02.13 Szerda	2019.02.14 Csütörtök	2019.02.15 Péntek
Tízórai	Tejeskávé 2 dl ⁷ , Petrezselymes margarinkrém, félbarna kenyér ^{1,6}	Tej 2 dl ⁷ , Kígyóuboka, Delma szendvics margarin 20%, Teljeskiörlésű kenyér ¹ , pulyka felvágott Kométa ⁶	Tea, kockasajt ⁷ , Kifli ¹	Gyümölcsstea, Baromfikrém csibemájjal, félbarna kenyér ^{1,6}	Tejeskávé 2 dl ⁷ , Főtt tojás karika ³ , Retek
Ebéd	Kertészleves ^{1,3} , Húsgombóc csirkéből ³ , Paradicsom mártás ^{1,9} , Alma, félbarna kenyér ^{1,6}	Magyaros rizsleves, Zöldbabfőzelék tejfölös ^{1,7} , Fokhagymás natúr csirkemáj ¹ , narancs, félbarna kenyér ^{1,6}	Lencseleves baromfi virslivel ^{1,6,7,10} , Grízes tészta lekvár, porcukor (durum) ¹	Szilvaleves pudingos ⁷ , Rántott hal (pangasius) ^{1,3,4} , Tört burgonya	Karfiol leves ^{1,3,7} , Bordás rövidcső durum ¹ , Csirkepörkölt, Káposzta saláta friss
Energia:	946,24kcal	970,81kcal	1 244,06kcal	984,62kcal	1 035,09kcal
Zsír:	32,96g	38,06g	36,30g	33,68g	45,12g
Telített zsírsav:	3,12g	6,03g	10,62g	5,79g	5,06g
Fehérje:	32,68g	44,67g	42,14g	32,31g	38,16g
Szénhidrát:	128,13g	109,14g	182,96g	133,67g	116,99g
Hozzáadott cukor:	27,97g	0,00g	24,28g	19,98g	16,98g
Só:	4,68g	5,28g	3,82g	3,50g	3,99g
Ca:	41,93mg	175,38mg	247,89mg	69,89mg	99,50mg

A változtatás jogát fenntartjuk!

Allergének:

- | | |
|---|--------------------------------------|
| 1. Glutént tartalmazó gabona | 8. Diófélék |
| 2. Rákfélék és azokból készült termékek | 9. Zeller és abból készült termékek |
| 3. Tojás és abból készült termékek | 10. Mustár és abból készült termékek |
| 4. Halak és azokból készült termékek | 11. Szezám és abból készült termékek |
| 5. Földimogyoró és abból készült termékek | 12. Kén-dioxid |
| 6. Szójabab és abból készült termékek | 13. Puhatestűek |
| 7. Tej és abból készült termékek | 14. Csillagfürt |

Olajos mag, tej-, szója mentes iskolás-Deszk

Étlap

2019. február 11 - 2019. február 15

Étkezés	2019.02.11 Hétfő	2019.02.12 Kedd	2019.02.13 Szerda	2019.02.14 Csütörtök	2019.02.15 Péntek
Ebéd	Kertészleves ^{1,3} , Húsgombóc ³ , Paradicsom mártás ^{1,9} , Alma, félbarna kenyér ^{1,6}	Magyaros rizsleves, Zöldbabfőzelék tejmentes ¹ , Fokhagymás natúr csirkemáj ¹ , narancs, félbarna kenyér ^{1,6}	Lencseleves virslivel tej, mustár ⁰ , Grízes tészta lekvár, porcukor (durum) ¹	Szilvaleves tej ⁰ pudingos, Rántott hal (pangasius) ^{1,3,4} , Tört burgonya	Karfiol leves tej ^{0,3} , Bordás rövidcső durum ¹ , Csirkepörkölt, Káposzta saláta friss
Energia:	656,10kcal	657,28kcal	828,44kcal	632,98kcal	699,02kcal
Zsír:	32,49g	31,19g	22,25g	25,46g	30,51g
Telített zsírsav:	1,55g	4,09g	1,37g	3,33g	2,81g
Fehérje:	18,68g	26,43g	29,32g	20,75g	23,23g
Szénhidrát:	71,80g	65,75g	126,26g	78,15g	82,41g
Hozzáadott cukor:	14,99g	0,00g	12,86g	8,99g	5,99g
Só:	3,41g	3,44g	1,99g	2,30g	2,84g
Ca:	42,10mg	109,92mg	66,91mg	39,47mg	65,09mg

A változtatás jogát fenntartjuk!

Allergének:

- | | |
|---|--------------------------------------|
| 1. Glutént tartalmazó gabona | 8. Diófélék |
| 2. Rákfélék és azokból készült termékek | 9. Zeller és abból készült termékek |
| 3. Tojás és abból készült termékek | 10. Mustár és abból készült termékek |
| 4. Halak és azokból készült termékek | 11. Szezám és abból készült termékek |
| 5. Földimogyoró és abból készült termékek | 12. Kén-dioxid |
| 6. Szójabab és abból készült termékek | 13. Puhatestűek |
| 7. Tej és abból készült termékek | 14. Csillagfürt |

Iskola-Deszk(felsős)

Étlap

2019. február 11 - 2019. február 15

Étkezés	2019.02.11 Hétfő	2019.02.12 Kedd	2019.02.13 Szerda	2019.02.14 Csütörtök	2019.02.15 Péntek
Tízórai	Tejeskávé 2 dl ₇ , Petrezselymes margarinkrém, félbarna kenyér _{1,6}	Tej 2 dl ₇ , Kígyóuboka, Párizsi EFEF, Delma szendvics margarin 20%, Teljeskiőrlésű kenyér ₁	Tea, kockasajt ₇ , Kifli ₁	Gyümölcsstea, félbarna kenyér _{1,6} , Sertéspástétom (paradicsom)	Tejeskávé 2 dl ₇ , Főtt tojás karika ₃ , Retek, korpás kenyér ₁
Ebéd	Kertészleves _{.1,3} , Húsgombóc ₃ , Paradicsom mártás _{1,9} , Alma, félbarna kenyér _{1,6}	Magyaros rizsleves, Zöldbabfőzelék tejfölös _{1,7} , Fokhagymás natúr csirkemáj ₁ , narancs, félbarna kenyér _{1,6}	Lencseleves virslivel _{1,7,10} , Grízes tészta lekvár, porcukor (durum) ₁	Szilvaleves pudingos ₇ , Rántott hal (pangasius) _{1,3,4} , Tört burgonya	Karfiol leves _{1,3,7} , Bordás rövidcső durum ₁ , Csirkepörkölt, Káposzta saláta friss
Uzsonna	Lilahagyma, göcsei csirkemell sonka ₆ , Delma szendvics margarin 20%, Teljeskiőrlésű kenyér ₁	Mákos búrkifli _{1,3,7,8,11}	Gépsonka Tauris(sertés), Delma szendvics margarin 20%, Teljeskiőrlésű kenyér ₁ , pritamin paprika	Vaj ₇ , Méz, rozsos kenyér ₁	Natúr joghurt ₇ , Kifli ₁
Energia:	1 235,18kcal	1 199,81kcal	1 403,90kcal	1 284,99kcal	1 367,83kcal
Zsír:	49,61g	50,55g	42,76g	49,65g	52,54g
Telített zsírsav:	4,06g	7,77g	9,67g	13,12g	5,06g
Fehérje:	40,50g	47,86g	47,71g	37,37g	51,64g
Szénhidrát:	154,92g	133,78g	202,48g	168,02g	168,51g
Hozzáadott cukor:	27,97g	0,27g	24,28g	19,98g	16,98g
Só:	5,84g	4,86g	4,58g	5,99g	5,82g
Ca:	83,23mg	160,97mg	276,19mg	89,19mg	113,50mg

A változtatás jogát fenntartjuk!

Allergének:

- | | |
|---|--------------------------------------|
| 1. Glutént tartalmazó gabona | 8. Diófélék |
| 2. Rákfélék és azokból készült termékek | 9. Zeller és abból készült termékek |
| 3. Tojás és abból készült termékek | 10. Mustár és abból készült termékek |
| 4. Halak és azokból készült termékek | 11. Szezám és abból készült termékek |
| 5. Földimogyoró és abból készült termékek | 12. Kén-dioxid |
| 6. Szójabab és abból készült termékek | 13. Puhatestűek |
| 7. Tej és abból készült termékek | 14. Csillagfürt |

Sertéshús mentes iskolás-Deszk(alsós)

Étlap

2019. február 11 - 2019. február 15

Étkezés	2019.02.11 Hétfő	2019.02.12 Kedd	2019.02.13 Szerda	2019.02.14 Csütörtök	2019.02.15 Péntek
Tízórai	Tejeskávé 2 dl ₇ , Petrezselymes margarinkrém, félbarna kenyér _{1,6}	Tej 2 dl ₇ , Kígyóuboka, Delma szendvics margarin 20%, Teljeskiörlesű kenyér ₁ , pulyka felvágott Kométa ₆	Tea, kockasajt ₇ , Kifli ₁	Gyümölcsstea, félbarna kenyér _{1,6} , Baromfikrém csibemájjal	Tejeskávé 2 dl ₇ , Főtt tojás karika ₃ , Retek, korpás kenyér ₁
Ebéd	Kertészleves _{1,3} , Húsgombóc csirkéből ₃ , Paradicsom mártás _{1,9} , Alma, félbarna kenyér _{1,6}	Magyaros rizsleves, Zöldbabfőzelék tejfölös _{1,7} , Fokhagymás natúr csirkemáj ₁ , narancs, félbarna kenyér _{1,6}	Lencseleves baromfi virslivel _{1,6,7,10} , Grízes tészta lekvár, porcukor (durum) ₁	Szilvaleves pudingos ₇ , Rántott hal (pangasius) _{1,3,4} , Tört burgonya	Karfiol leves _{1,3,7} , Bordás rövidcső durum ₁ , Csirkepörkölt, Káposzta saláta friss
Uzsonna	Lilahagyma, göcsei csirkemell sonka ₆ , Delma szendvics margarin 20%, Teljeskiörlesű kenyér ₁	Mákos búrkifli _{1,3,7,8,11}	Delma szendvics margarin 20%, Teljeskiörlesű kenyér ₁ , přitamin paprika, Csirkemell sonka	Vaj ₇ , Méz, rozsos kenyér ₁	Natúr joghurt ₇ , Kifli ₁
Energia:	1 021,00kcal	1 138,57kcal	1 200,92kcal	1 108,01kcal	1 233,66kcal
Zsír:	32,01g	45,14g	32,95g	48,92g	45,69g
Telített zsírsav:	3,70g	5,88g	9,22g	13,09g	4,04g
Fehérje:	37,22g	45,92g	43,70g	31,75g	46,96g
Szénhidrát:	144,25g	132,43g	178,66g	131,18g	155,27g
Hozzáadott cukor:	23,98g	0,00g	18,85g	17,98g	14,99g
Só:	4,74g	4,08g	3,94g	3,05g	4,71g
Ca:	67,01mg	170,61mg	224,91mg	74,53mg	95,78mg

A változtatás jogát fenntartjuk!

Allergének:

- | | |
|---|--|
| 1. Glutént tartalmazó gabona | 8. Diófélék |
| 2. Rákfélék és azokból készült termékek | 9. Zeller és abból készült termékek |
| 3. Tojás és abból készült termékek | 10. Mustár és abból készült termékek |
| 4. Halak és azokból készült termékek | 11. Szezámag és abból készült termékek |
| 5. Földimogyoró és abból készült termékek | 12. Kén-dioxid |
| 6. Szójabab és abból készült termékek | 13. Puhatestűek |
| 7. Tej és abból készült termékek | 14. Csillagfűt |

Étlap

2019. február 11 - 2019. február 15

Étkezés	2019.02.11 Hétfő	2019.02.12 Kedd	2019.02.13 Szerda	2019.02.14 Csütörtök	2019.02.15 Péntek
Tízórai	Tejeskávé 2 dl ₇ , Petrezselymes margarinkrém, félbarna kenyér _{1,6}	Tej 2 dl ₇ , Kígyóuboka, Párizsi EFEF, Delma szendvics margarin 20%, Teljeskiőrlésű kenyér ₁	Tea, kockasajt ₇ , Kifli ₁	Gyümölcsstea, Sertéspástétom (paradicsom), félbarna kenyér _{1,6}	Tejeskávé 2 dl ₇ , Főtt tojás karika ₃ , Retek, korpás kenyér ₁
Ebéd	Kertészleves _{.1,3} , Húsgombóc ₃ , Paradicsom mártás _{1,9} , Alma, félbarna kenyér _{1,6}	Magyaros rizsleves, Zöldbabfőzelék tejfölös _{1,7} , Fokhagymás natúr csirkemáj ₁ , narancs, félbarna kenyér _{1,6}	Lencseleves virslivel _{1,7,10} , Grízes tészta lekvár, porcukor (durum) ₁	Szilvaleves pudingos ₇ , Rántott hal (pangasius) _{1,3,4} , Tört burgonya	Karfiol leves _{1,3,7} , Bordás rövidcső durum ₁ , Csirkepörkölt, Káposzta saláta friss
Uzsonna	Lilahagyma, göcsei csirkemell sonka ₆ , Delma szendvics margarin 20%, Teljeskiőrlésű kenyér ₁	Mákos búrkifli _{1,3,7,8,11}	Gépsonka Tauris(sertés), Delma szendvics margarin 20%, Teljeskiőrlésű kenyér ₁ , pritamin paprika	Vaj ₇ , Méz, rozsos kenyér ₁	Natúr joghurt ₇ , Kifli ₁
Energia:	1 124,94kcal	1 180,07kcal	1 220,80kcal	1 113,82kcal	1 233,66kcal
Zsír:	43,41g	50,13g	35,62g	47,02g	45,69g
Telített zsírsav:	3,70g	7,62g	8,08g	12,45g	4,04g
Fehérje:	37,81g	45,61g	43,21g	31,94g	46,96g
Szénhidrát:	143,93g	132,07g	177,81g	136,55g	155,27g
Hozzáadott cukor:	23,98g	0,27g	18,85g	17,98g	14,99g
Só:	4,74g	3,65g	3,67g	4,35g	4,71g
Ca:	75,41mg	156,21mg	237,31mg	77,39mg	95,78mg

A változtatás jogát fenntartjuk!

Allergének:

- | | |
|---|--------------------------------------|
| 1. Glutént tartalmazó gabona | 8. Diófélék |
| 2. Rákfélék és azokból készült termékek | 9. Zeller és abból készült termékek |
| 3. Tojás és abból készült termékek | 10. Mustár és abból készült termékek |
| 4. Halak és azokból készült termékek | 11. Szezám és abból készült termékek |
| 5. Földimogyoró és abból készült termékek | 12. Kén-dioxid |
| 6. Szójabab és abból készült termékek | 13. Puhatestűek |
| 7. Tej és abból készült termékek | 14. Csillagfürt |

Laktózmentes iskolás(alsótagozat)

Étlap

2019. február 11 - 2019. február 15

Étkezés	2019.02.11 Hétfő	2019.02.12 Kedd	2019.02.13 Szerda	2019.02.14 Csütörtök	2019.02.15 Péntek
Ebéd	Kertészleves ^{1,3} , Húsgombóc ³ , Paradicsom mártás ^{1,9} , Alma, félbarna kenyér ^{1,6}	Magyaros rizsleves, Zöldbabfőzelék tejmentes ¹ , Fokhagymás natúr csirkemáj ¹ , narancs, félbarna kenyér ^{1,6}	Lencseleves virslivel tejföl ^{0,10} , Grízes tészta lekvár, porcukor (durum) ¹	Szilvaleves tejő pudingos, Rántott hal (pangasius) ^{1,3,4} , Tört burgonya	Karfiol leves tej ^{0,1,3} , Bordás rövidcső durum ¹ , Csirkepörkölt, Káposzta saláta friss
Energia:	656,10kcal	681,88kcal	828,88kcal	632,98kcal	699,02kcal
Zsír:	32,49g	31,29g	22,28g	25,46g	30,51g
Telített zsírsav:	1,55g	4,09g	1,37g	3,33g	2,81g
Fehérje:	18,68g	27,43g	29,34g	20,75g	23,23g
Szénhidrát:	71,80g	70,55g	126,30g	78,15g	82,41g
Hozzáadott cukor:	14,99g	0,00g	12,86g	8,99g	5,99g
Só:	3,41g	3,44g	1,99g	2,30g	2,84g
Ca:	42,10mg	109,92mg	66,91mg	39,47mg	65,09mg

A változtatás jogát fenntartjuk!

Allergének:

- | | |
|---|--------------------------------------|
| 1. Glutént tartalmazó gabona | 8. Diófélék |
| 2. Rákfélék és azokból készült termékek | 9. Zeller és abból készült termékek |
| 3. Tojás és abból készült termékek | 10. Mustár és abból készült termékek |
| 4. Halak és azokból készült termékek | 11. Szezám és abból készült termékek |
| 5. Földimogyoró és abból készült termékek | 12. Kén-dioxid |
| 6. Szójabab és abból készült termékek | 13. Puhatestűek |
| 7. Tej és abból készült termékek | 14. Csillagfürt |

Étlap

Tejmentes iskolás- Deszk

2019. február 11 - 2019. február 15

2019.02.11 Hétfő	2019.02.12 Kedd	2019.02.13 Szerda	2019.02.14 Csütörtök	2019.02.15 Péntek
<p>Kertészleves^{1,3}, Húsgombóc³, Paradicsom mártás^{1,9}, Alma, félbarna kenyér^{1,6}</p> <p>E: 656kcal Tel.zsír.: 1,55g CH: 71,80g Só: 3,41g</p> <p>Zsír: 32,49g Feh.: 18,68g Cuk: 14,99g Ca: 42,10mg</p>	<p>Magyaros rizsleves, Zöldbabfőzelék tejmentes¹, Fokhagymás natúr csirkemáj¹, narancs, félbarna kenyér^{1,6}</p> <p>E: 657kcal Tel.zsír.: 4,09g CH: 65,75g Só: 3,44g</p> <p>Zsír: 31,19g Feh.: 26,43g Cuk: 0,00g Ca: 109,92mg</p>	<p>Lencseleves virslivel tejföl 0^{1,10}, Grízes tészta lekvár, porcukor (durum)¹</p> <p>E: 829kcal Tel.zsír.: 1,37g CH: 126,30g Só: 1,99g</p> <p>Zsír: 22,28g Feh.: 29,34g Cuk: 12,86g Ca: 66,91mg</p>	<p>Szilvaleves tejő pudingos, Rántott hal (pangasius)^{1,3,4}, Tört burgonya</p> <p>E: 633kcal Tel.zsír.: 3,33g CH: 78,15g Só: 2,30g</p> <p>Zsír: 25,46g Feh.: 20,75g Cuk: 8,99g Ca: 39,47mg</p>	<p>Karfiol leves tej 0^{1,3}, Bordás rövidcső durum¹, Csirkepörkölt, Káposzta saláta friss</p> <p>E: 699kcal Tel.zsír.: 2,81g CH: 82,41g Só: 2,84g</p> <p>Zsír: 30,51g Feh.: 23,23g Cuk: 5,99g Ca: 65,09mg</p>
<p>Energia: 656,10kcal Zsír: 32,49g Telített zsírsav: 1,55g Fehérje: 18,68g Szénhidrát: 71,80g Hozzáadott cukor: 14,99g Só: 3,41g Ca: 42,10mg</p>	<p>Energia: 657,28kcal Zsír: 31,19g Telített zsírsav: 4,09g Fehérje: 26,43g Szénhidrát: 65,75g Hozzáadott cukor: 0,00g Só: 3,44g Ca: 109,92mg</p>	<p>Energia: 828,88kcal Zsír: 22,28g Telített zsírsav: 1,37g Fehérje: 29,34g Szénhidrát: 126,30g Hozzáadott cukor: 12,86g Só: 1,99g Ca: 66,91mg</p>	<p>Energia: 632,98kcal Zsír: 25,46g Telített zsírsav: 3,33g Fehérje: 20,75g Szénhidrát: 78,15g Hozzáadott cukor: 8,99g Só: 2,30g Ca: 39,47mg</p>	<p>Energia: 699,02kcal Zsír: 30,51g Telített zsírsav: 2,81g Fehérje: 23,23g Szénhidrát: 82,41g Hozzáadott cukor: 5,99g Só: 2,84g Ca: 65,09mg</p>

Allergének:

1. Glutén tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt