

Étlap tervezet

2017.12. hét

2017.03.20.-2017.03.26.

Étlap: Apéczei Vegetáriánus Étlap

Korcsoport: 7-10 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd	Magyaros gombaleves Szójapörkölt Párolt kuskusz	Csurgatott tojás leves Zöldség rizottó Reszelt sajt Gyümölcs	Hamis gulyás leves Túrós metélt Gyümölcs	Kukoricadaragaluska leves Lecsós padlizsán Petrezselymes rizs	Zöldbab leves Rántott gombafejek Vajas zöldség köret Ezersziget öntet
	En: 2774 kJ (663 kCal) Zsír: 22,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 96,6 g Cukor: 0,6 g Feh: 17,8 g Só: 2,1 g Allergének:1,9	En: 3558 kJ (850 kCal) Zsír: 34,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 102,8 g Cukor: 0,5 g Feh: 28,3 g Só: 4,3 g Allergének:1,3,7,9	En: 3180 kJ (759 kCal) Zsír: 27,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 101,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 25,0 g Só: 8,0 g Allergének:1,3,7,9	En: 2233 kJ (533 kCal) Zsír: 17,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 79,3 g Cukor: 0,3 g Feh: 10,4 g Só: 1,2 g Allergének:1,3,7,9,10	En: 3175 kJ (758 kCal) Zsír: 34,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 84,0 g Cukor: 5,5 g Feh: 19,6 g Só: 5,8 g Allergének:1,3,7,9,10

Jó étvágyat kívánunk!

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

Darainé Zoltai Éva
Üzletvezető
Tel.: 061-2164846

Allergének: 1.-Gabonák, amelyek glutént tartalmaznak, 2.-Rákóc és abból 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 tejtermékek, beleértve a laktózt, 8.-Diók, mogyorók és azokból készült termékek, 9.-Zeller és abból készült termékek, 10.-Mustár és abból készült termékek, 11.-szezámmag és abból készült termékek, 12.-Kén-dioxid és szulfátok - 10mg/kg konc. esetén, 13.-Csillagfürt és abból készült termékek, 14.-Puhatestűek és abból készült termékek