

Étlap iskola felső tagozat 11-14 év

2018.04.30 - 2018.05.06

	hétfő 2018.04.30	kedd 2018.05.01	szerda 2018.05.02	csütörtök 2018.05.03	péntek 2018.05.04
Tízórai	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	Gyümölcs tea, Trappista sajt, Margarin, Zsemle, E:1 323(Kj) 317(KCal) F: 12(g)Kol: 27(g)Sz: 32(g) Zsir: 15(g)Cuk: 1(g)Só:1,20(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 170(mg) Allergén:Tej,Glutén,	Tej, Briós, E:1 029(Kj) 246(KCal) F: 10(g)Kol: 18(g)Sz: 36(g) Zsir: 6(g)Cuk: 2(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 197(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,	Citromos tea, Kocka sajt sonkás, Teljes kiőrlésű kenyér, Uborka kígyó, E: 937(Kj) 224(KCal) F: 7(g)Kol: 27(g)Sz: 38(g) Zsir: 4(g)Cuk: 9(g)Só:0,73(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 143(mg) Allergén:Tej,
Ebéd	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	Zellerleves, Sertéspörkölt, Zöldbab főzelék, Gyümölcs, E4509(Kj)782(KCal) F: 12(g)Kol: 34(g)Sz: 35(g) Zsir: 20(g)Cuk: 1(g)Só:3,12(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 136(mg) Allergén:Tej,Glutén,	Burgonya leves magyaros, Majorannás pulykatokány, Zöldséges köles, E:4 172(Kj) 759(KCal) F: 26(g)Kol: 43(g)Sz:106(g) Zsir: 24(g)Cuk: 12(g)Só:15,24(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 120(mg) Allergén:	Tárkonyos raguleves, Sajtós metélt, E:4059(Kj) 712(KCal) F: 29(g)Kol: 87(g)Sz: 17(g) Zsir: 31(g)Cuk: 1(g)Só:1,82(g) Tel.Zs: 11(g)Ca: 423(mg) Allergén:Tej,Mustár,Glutén,Tojás,Zeller,
Uzsonna	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	Magyaros szendvicskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Zöldpaprika, E: 917(Kj) 219(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 28(g) Zsir: 9(g)Cuk: 0(g)Só:0,78(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 14(mg) Allergén:Tej,	Csemege felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Jégcsap retek, E:1 376(Kj) 329(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 30(g) Zsir: 9(g)Cuk: 0(g)Só:0,80(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 9(mg) Allergén:Tej,	Kakaós csiga, Alma, E:1 166(Kj) 279(KCal) F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 36(g) Zsir: 13(g)Cuk: 7(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 27(mg) Allergén:

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Lafisoft program <http://www.lafisoft.hu> V 2.2.1 Tel:77-425-262 lafisoft@lafisoft.hu

Élelmezésvezető

Étlap iskola felső tagozat 11-14 év

2018.05.07 - 2018.05.13

	hétfő 2018.05.07	kedd 2018.05.08	szerda 2018.05.09	csütörtök 2018.05.10	péntek 2018.05.11
Tízórai	Gyümölcs - Hibiszkusz tea, Vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Uborka kígyó, E: 793(Kj) 190(KCal) F: 5(g)Kol: 23(g)Sz: 30(g) Zsir: 5(g)Cuk: 1(g)Só:0,63(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 21(mg) Allergén:Tej,	Tej, Virágméz, Margarin, Császár zsemle, E:1 424(Kj) 341(KCal) F: 10(g)Kol: 18(g)Sz: 49(g) Zsir: 11(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 201(mg) Allergén:Tej,Glutén,	Citromos tea, Tavaszi felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, E:1 299(Kj) 311(KCal) F: 9(g)Kol: 23(g)Sz: 35(g) Zsir: 14(g)Cuk: 8(g)Só:1,00(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 11(mg) Allergén:Tej,	Kakaós tej, Teavaj, Fonott kalács, E:1 112(Kj) 266(KCal) F: 10(g)Kol: 18(g)Sz: 46(g) Zsir: 4(g)Cuk: 10(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 182(mg) Allergén:Szezám,Tej,	Tea, Zala felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom, E:1 177(Kj) 282(KCal) F: 9(g)Kol: 19(g)Sz: 30(g) Zsir: 13(g)Cuk: 0(g)Só:0,93(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 11(mg) Allergén:Tej,Szójabab,Glutén,
Ebéd	Brokkoli krémleves, Hentes sertés tokány, Petrezselymes rizs, Gyümölcs, E4439(Kj) 731(KCal) F: 17(g)Kol: 56(g)Sz: 66(g) Zsir: 30(g)Cuk: 1(g)Só:2,29(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 151(mg) Allergén:Tej,Glutén,	Sajtgaluska leves, Sült virsli, Kelkáposzta főzelék, Müzli szelet, Teljes kiőrlésű kenyér, E:4 727(Kj) 852(KCal) F: 30(g)Kol: 56(g)Sz:100(g) Zsir: 13(g)Cuk: 4(g)Só:3,15(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 129(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,	Gyümölcs leves, Pulyka apróhús Budapest raguval, Petrezselymes burgonya, , E4248(Kj) 702(KCal) F: 18(g)Kol: 27(g)Sz: 64(g) Zsir: 11(g)Cuk: 7(g)Só:2,42(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 82(mg) Allergén:Tej,Glutén,	Minesztrone leves, Sült csirke mell csíkok, Sárgaborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér Gyümölcs E:4 011(Kj) 720(KCal) F: 51(g)Kol: 77(g)Sz: 63(g) Zsir: 28(g)Cuk: 3(g)Só:3,12(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 411(mg) Allergén:Tej,	Csirke raguleves, Túrós palacsinta, Rostos gyümölcslé E4 688(Kj) 843(KCal) F: 24(g)Kol: 29(g)Sz: 98(g) Zsir: 15(g)Cuk: 17(g)Só:1,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 270(mg) Allergén:Tej,
Uzsonna	Trappista sajt, Margarin, Zsemle, E:1 302(Kj) 312(KCal) F: 12(g)Kol: 27(g)Sz: 31(g) Zsir: 15(g)Cuk: 0(g)Só:1,20(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 170(mg) Allergén:Tej,Glutén,	Sonkás szendvicsszendvicskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Lila hagyma, E: 923(Kj) 221(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 28(g) Zsir: 9(g)Cuk: 0(g)Só:0,83(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 12(mg) Allergén:Tej,	Tojáskrém, Kifli, Jégcsap retek, E: 744(Kj) 178(KCal) F: 7(g)Kol: 42(g)Sz: 29(g) Zsir: 3(g)Cuk: 0(g)Só:1,20(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 31(mg) Allergén:Tojás,Mustár,Glutén,	Körözött, Teljes kiőrlésű kenyér, Uborka kígyó, E:1 617(Kj) 387(KCal) F: 21(g)Kol: 65(g)Sz: 35(g) Zsir: 17(g)Cuk: 2(g)Só:1,59(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 136(mg) Allergén:Tej,	Kolbászkrém, Barna magvas zsemle, Póréhagyma, E:1 065(Kj) 255(KCal) F: 8(g)Kol: 2(g)Sz: 34(g) Zsir: 8(g)Cuk: 0(g)Só:1,45(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 25(mg) Allergén:

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Lafisoft program <http://www.lafisoft.hu> V 2.2.1 Tel:77-425-262 lafisoft@lafisoft.hu

Élelmezésvezető

Étlap iskola felső tagozat 11-14 év

2018.05.14 - 2018.05.20

	hétfő 2018.05.14	kedd 2018.05.15	szerda 2018.05.16	csütörtök 2018.05.17	péntek 2018.05.18
Tízórai	Tejeskávé, Kornspitz kifli, E:1 546(Kj) 370(KCal) F: 14(g)Kol: 18(g)Sz: 59(g) Zsir: 7(g)Cuk: 8(g)Só:1,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 198(mg) Allergén:Tej,Glutén,	Citromos tea, Csirkemell felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Uborka kígyó, E:1 178(Kj) 282(KCal) F: 7(g)Kol: 5(g)Sz: 36(g) Zsir: 11(g)Cuk: 8(g)Só:1,05(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 18(mg) Allergén:Szójabab,Tej,	Házi gyümölcsjoghurt, Kifli, E: 997(Kj) 238(KCal) F: 10(g)Kol: 2(g)Sz: 34(g) Zsir: 7(g)Cuk: 0(g)Só:1,00(g) Tel.Zs: 20(g)Ca: 294(mg) Allergén:Tej,Glutén,	Tej, Sajtos párizsi, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, E:1 404(Kj) 336(KCal) F: 12(g)Kol: 18(g)Sz: 35(g) Zsir: 15(g)Cuk: 0(g)Só:0,95(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 194(mg) Allergén:Glutén,Tej,	Tea, Diákcsemege felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, E:1 310(Kj) 313(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 27(g) Zsir: 9(g)Cuk: 0(g)Só:0,80(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 9(mg) Allergén:Tej,
Ebéd	Francia hagymaleves, Pulykapaprikás, Kuskusz Gyümölcs, E:3145(Kj) 805(KCal) F: 35(g)Kol: 81(g)Sz: 70(g) Zsir: 29(g)Cuk: 1(g)Só:3,42(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 80(mg) Allergén:	Karfiollevés tejfölös, Serpenyős burgonya főzelék Debreceni Vegyes vágott savanyúság, E:4751(Kj) 958(KCal) F: 27(g)Kol: 40(g)Sz: 72(g) Zsir: 27(g)Cuk: 5(g)Só:12,00(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 102(mg) Allergén:Glutén,Szójabab,	Erőleves zöldségbetéttel, Parajos halfilé, Petrezselymes rizs, Vitaminmártás, E:4 378(Kj) 912(KCal) F: 23(g)Kol: 14(g)Sz: 68(g) Zsir: 21(g)Cuk: 0(g)Só:1,90(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 111(mg) Allergén:	Tarhonya leves, Grillfűszeres sert. apró pecsenye, Zöldborsó főzelék, Múzli E:4 317(Kj) 904(KCal) F: 23(g)Kol: 67(g)Sz: 58(g) Zsir: 23(g)Cuk: 2(g)Só:1,60(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 198(mg) Allergén:Zeller,Glutén,Tojás,Tej,	Jókai bableves, Meggyes pite E:4 150(Kj) 914(KCal) F: 19(g)Kol: 50(g)Sz: 31(g) Zsir: 14(g)Cuk: 0(g)Só:3,60(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 58(mg) Allergén:Tej,Glutén,
Uzsonna	Kocka sajt, Teljes kiőrlésű zsemle, Sárgarépa reszelve, szeletben, E: 792(Kj) 189(KCal) F: 7(g)Kol: 32(g)Sz: 30(g) Zsir: 5(g)Cuk: 1(g)Só:1,21(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 193(mg) Allergén:Glutén,	Zöldhagymás túrókrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Zöldpaprika, E: 697(Kj) 167(KCal) F: 7(g)Kol: 3(g)Sz: 30(g) Zsir: 1(g)Cuk: 1(g)Só:0,56(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 23(mg) Allergén:Tej,	Házi csirkehúskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Lila hagyma, E: 970(Kj) 232(KCal) F: 9(g)Kol: 1(g)Sz: 28(g) Zsir: 9(g)Cuk: 0(g)Só:1,15(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 15(mg) Allergén:Tej,	Kenőmájás, Zsemle, Retek hasáb, E:1 037(Kj) 248(KCal) F: 10(g)Kol: 92(g)Sz: 34(g) Zsir: 7(g)Cuk: 0(g)Só:1,54(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 23(mg) Allergén:Tej,Glutén,	Sajtos pogácsa, Alma, E:1 267(Kj) 303(KCal) F: 9(g)Kol: 48(g)Sz: 36(g) Zsir: 13(g)Cuk: 1(g)Só:0,59(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 93(mg) Allergén:Glutén,Tej,Tojás,

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Lafisoft program <http://www.lafisoft.hu> V 2.2.1 Tel:77-425-262 lafisoft@lafisoft.hu

Élelmezésvezető

Étlap iskola felső tagozat 11-14 év

2018.05.21 - 2018.05.27

	hétfő 2018.05.21	kedd 2018.05.22	szerda 2018.05.23	csütörtök 2018.05.24	péntek 2018.05.25
Tízórai		Tej, Teavaj, Sárgabarack lekvár, Kifli,	Gyümölcs tea, Pritaminos szendvicskrém, Teljes kiőrlésű kenyér,	Karamellás tej, Briós,	Citromos tea, Házi csirkemájkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Lila hagyma,
	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 979(Kj) 234(KCal) F: 10(g)Kol: 18(g)Sz: 38(g) Zsir: 4(g)Cuk: 4(g)Só:1,00(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 201(mg) Allergén:Szezám,Glutén,	E: 907(Kj) 217(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 29(g) Zsir: 8(g)Cuk: 1(g)Só:0,75(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 10(mg) Allergén:Tej,	E:1 277(Kj) 305(KCal) F: 10(g)Kol: 18(g)Sz: 51(g) Zsir: 6(g)Cuk: 17(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 197(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,	E:1 113(Kj) 266(KCal) F: 9(g)Kol: 1(g)Sz: 36(g) Zsir: 9(g)Cuk: 8(g)Só:1,15(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 15(mg) Allergén:Tej,
Ebéd		Zöldségkrém leves, Sertéspaprikás, Tészta köret Durum tésztából, Gyümölcs,	Erőleves csigatésztaival, Húsgombóc, Paradicsommártás, Főtt burgonya kis adag	Tojásleves, Tejszínes kukorica főzelék Rántott sajt Fánk	Gulyásleves Tejben dara Kakaó szórással Rostos gyümölcsle
	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E:4 863(Kj) 985(KCal) F: 15(g)Kol: 34(g)Sz: 76(g) Zsir: 32(g)Cuk: 1(g)Só:2,22(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 68(mg) Allergén:Tej,Glutén,	E:4805(Kj) 945(KCal) F: 12(g)Kol: 26(g)Sz: 80(g) Zsir: 8(g)Cuk: 10(g)Só:1,40(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 90(mg) Allergén:Glutén,Szójabab,Tojás,Tej,Zeller,	E:4 864(Kj) 985(KCal) F: 38(g)Kol:163(g)Sz: 52(g) Zsir: 35(g)Cuk: 0(g)Só:3,24(g) Tel.Zs: 8(g)Ca: 223(mg) Allergén:Tej,	E4 062(Kj) 803(KCal) F: 21(g)Kol: 68(g)Sz:114(g) Zsir: 19(g)Cuk: 16(g)Só:2,42(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 107(mg) Allergén:Tej,Glutén,
Uzsonna		Kolbászos kocka sajt, Teljes kiőrlésű zsemle, Uborka kigyó,	Olasz felvágott, Margarin, Zsemle, Zöldpaprika,	Medvehagymás mascarponekrém, Teljes kiőrlésű kenyér,	Pizzás csiga, Alma,
	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 738(Kj) 177(KCal) F: 6(g)Kol: 32(g)Sz: 27(g) Zsir: 5(g)Cuk: 1(g)Só:1,21(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 179(mg) Allergén:Tej,Glutén,	E:1 336(Kj) 320(KCal) F: 9(g)Kol: 29(g)Sz: 32(g) Zsir: 16(g)Cuk: 0(g)Só:1,50(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 27(mg) Allergén:Tej,Glutén,	E: 587(Kj) 141(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 27(g) Zsir: 1(g)Cuk: 0(g)Só:0,85(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 11(mg) Allergén:Glutén,Tej,	E:2 181(Kj) 522(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 51(g) Zsir: 23(g)Cuk: 0(g)Só:5,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 7(mg) Allergén:

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Lafisoft program <http://www.lafisoft.hu> V 2.2.1 Tel:77-425-262 lafisoft@lafisoft.hu

Élelmezésvezető

Étlap iskola felső tagozat 11-14 év

2018.05.28 - 2018.06.03

	hétfő 2018.05.28	kedd 2018.05.29	szerda 2018.05.30	csütörtök 2018.05.31	péntek 2018.06.01
Tízórai	Tej Molnárka Margarin E:1 246(Kj) 298(KCal) F: 17(g)Kol: 45(g)Sz: 35(g) Zsir: 10(g)Cuk: 0(g)Só:0,75(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 336(mg) Allergén:Tej,	Kakaós tej, Teavaj, Kalács, E:1 387(Kj) 332(KCal) F: 11(g)Kol: 18(g)Sz: 55(g) Zsir: 7(g)Cuk: 10(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 183(mg) Allergén:Szezám,Tej,	Házi gyümölcsjoghurt, Kifli, E: 997(Kj) 238(KCal) F: 10(g)Kol: 2(g)Sz: 34(g) Zsir: 7(g)Cuk: 0(g)Só:1,00(g) Tel.Zs: 20(g)Ca: 294(mg) Allergén:Tej,Glutén,	Tej, Nutella /Mogyorós krém, Császár zsemle, E:1 146(Kj) 274(KCal) F: 11(g)Kol: 18(g)Sz: 43(g) Zsir: 6(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 220(mg) Allergén:Tej,Glutén,	Citromos tea, Tojáskrém, Teljes kiőrlésű kenyér, Pritamin paprika, E: 874(Kj) 209(KCal) F: 7(g)Kol: 42(g)Sz: 38(g) Zsir: 3(g)Cuk: 8(g)Só:0,75(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 24(mg) Allergén:Tojás,Mustár,Tej,
Ebéd	Rizsleves Bolognai spagetti Reszelt sajt Gyümölcs E:4049(Kj) 866(KCal) F: 13(g)Kol: 55(g)Sz: 70(g) Zsir: 12(g)Cuk: 6(g)Só:2,42(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 50(mg) Allergén:Tej,Glutén,	Zabgaluska leves, Baromfi vagdaltszelet, Burgonya főzelék, Túró Rudi, E:4 745(Kj) 957(KCal) F: 28(g)Kol: 92(g)Sz: 85(g) Zsir: 25(g)Cuk: 20(g)Só:1,71(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 147(mg) Allergén:Zeller,Glutén,Tojás,Tej,	Paradicsom leves, Sült csirke comb Zöldséges bulgúr, E:5027 kj 4208 KCal F:50gKol:138 g Sz:151 g Zsir:41 g Cuk:15 g Só:10 g Tel Zs:8 g Ca:189 mg Allergén:Tej Glutén.Tojás	Tarhonya leves, Natur sertésszelet, Finomfőzelék, Müzli szelet, E:4 207(Kj) 928(KCal) F: 17(g)Kol: 32(g)Sz: 56(g) Zsir: 24(g)Cuk: 5(g)Só:1,10(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 116(mg) Allergén:Glutén,	Májgombóclevés, Darás metélt, Sárgabarack lekvár, Gyümölcs, E:4 657(Kj) 936(KCal) F: 16(g)Kol: 39(g)Sz: 79(g) Zsir: 43(g)Cuk: 23(g)Só:0,60(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 79(mg) Allergén:Tojás,Glutén,Zeller,
Uzsonna	Trappista sajtszelet Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Sárga répa hasáb E:1 128(Kj) 270(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 43(g) Zsir: 18(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 27(mg) Allergén:	Zöldfűszeres sajtkrém, Teljes kiőrlésű kenyér, E: 814(Kj) 195(KCal) F: 7(g)Kol: 18(g)Sz: 27(g) Zsir: 6(g)Cuk: 0(g)Só:0,90(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 46(mg) Allergén:Tej,	Tonhal krém, Teljes kiőrlésű kenyér, Citrom karika, E: 938(Kj) 224(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 28(g) Zsir: 8(g)Cuk: 0(g)Só:0,65(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 26(mg) Allergén:Halak,Tej,	Paprikás felvágott, Margarin, Teljes kiőrlésű kenyér, Uborka kigyó, E:1 320(Kj) 316(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 28(g) Zsir: 9(g)Cuk: 0(g)Só:0,80(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 15(mg) Allergén:Tej,	Olasz felvágott, Margarin, Zsemle, Paradicsom, E:1 351(Kj) 323(KCal) F: 9(g)Kol: 29(g)Sz: 33(g) Zsir: 16(g)Cuk: 0(g)Só:1,50(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 22(mg) Allergén:Tej,Glutén,

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Lafisoft program <http://www.lafisoft.hu> V 2.2.1 Tel:77-425-262 lafisoft@lafisoft.hu

Élelmezésvezető