



Hungast Vital Kft.
5104 Aquincumi Étterem

Étlap
2018 14. hét
2018.04.02.-2018.04.08.

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai		Kukoricapehely Tej 1,5 % En: 1140 kJ (272 kCal) Zsír: 4,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 46,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 11,6 g Só: 0,3 g Allergének:7	Gépsonka Delma light margarin 20% Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóuborka Tea csipkebogyó En: 1231 kJ (294 kCal) Zsír: 7,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,8 g Cukor: 6,9 g Feh: 10,9 g Só: 1,8 g Allergének:1,6,7	Edámi sajt 40% Delma light margarin 20% Teljeskiőrlésű zsemle Tea őszibarck En: 1514 kJ (362 kCal) Zsír: 14,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,4 g Cukor: 6,1 g Feh: 15,9 g Só: 1,7 g Allergének:1,6,7	Körözött Félbarna kenyér Kígyóuborka Tej 1,5 % En: 1563 kJ (373 kCal) Zsír: 7,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 22,2 g Só: 1,4 g Allergének:1,7
Ebéd		Palócleves sertéshússal Teljes kiőrlésű kenyér Szilvás gombóc En: 3500 kJ (836 kCal) Zsír: 12,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 141,2 g Cukor: 7,3 g Feh: 31,4 g Só: 1,9 g Allergének:1,7,9	Minesztra leves Parajfőzelék Főtt tojás Teljes kiőrlésű kenyér Főtt burgonya 1/2 adag En: 2670 kJ (638 kCal) Zsír: 15,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 94,0 g Cukor: 2,2 g Feh: 27,9 g Só: 2,0 g Allergének:1,3,7,9,12	Barackos gyümölcsleves Fokhagymás sertés aprópecsenye Petrezselymes burgonya Csemege uborka En: 2298 kJ (549 kCal) Zsír: 14,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 75,5 g Cukor: 9,9 g Feh: 27,4 g Só: 0,8 g Allergének:7,12	Zöldborsóleves vajas galuskáva Bolognai makaróni En: 3383 kJ (808 kCal) Zsír: 28,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 99,9 g Cukor: 7,8 g Feh: 35,9 g Só: 1,4 g Allergének:1,3,7,9
Uzsonna		Zalai felvágott Delma light margarin 20% Hosszú zsemle Paradicsom En: 1076 kJ (257 kCal) Zsír: 7,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 37,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,6 g Só: 1,4 g Allergének:1,6,7	Joghurt gyümölcsös Kifli En: 1472 kJ (352 kCal) Zsír: 7,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 60,1 g Cukor: 0,0 g Feh: 10,4 g Só: 0,9 g Allergének:1,6,7	Baromfi párizsi Delma light margarin 20% TV paprika Rozs kenyér En: 1205 kJ (288 kCal) Zsír: 9,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 38,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,9 g Só: 1,5 g Allergének:1,6,7	Teljeskiőrlésű zsemle Kenőmájás En: 1132 kJ (270 kCal) Zsír: 9,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 10,2 g Só: 1,8 g Allergének:1,6

Jó étvágyat kívánunk!

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

Dietetikus: Rácz Mónika
Konyha vezető: Gáspár Józsefné
Telefonszám 240-77-46

Allergének: 1.-Gabonák, amelyek glutént tartalmaznak, 2.-Rákok 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