

Étlap

2017 45. hét

2017.11.06.-2017.11.12.

Hungast Vital Kft.
5104 Aquincumi Étterem

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Baromfi párizsi Delma light margarin 20% Félbarna kenyér Tea őszibarck</p> <p>En: 1287 kJ (307 kCal) Zsír: 9,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 45,6 g Cukor: 6,1 g Feh: 9,8 g Só: 1,5 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Póréhagymás tojáskrém Tej 1,5 % Zsemle</p> <p>En: 1388 kJ (331 kCal) Zsír: 8,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 47,6 g Cukor: 0,3 g Feh: 15,7 g Só: 1,0 g Allergének:1,3,6,7,10</p>	<p>Briós Kakaó házi</p> <p>En: 1539 kJ (368 kCal) Zsír: 9,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 54,2 g Cukor: 2,1 g Feh: 15,7 g Só: 0,7 g Allergének:1,7</p>	<p>Teljeskiörlésű zsemle Kígyóborka Tea zöld friss citrom Körözött</p> <p>En: 1150 kJ (275 kCal) Zsír: 3,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,4 g Cukor: 6,1 g Feh: 13,9 g Só: 1,0 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Vaj Gyümölcsíz Zsúrkenyér Tej 1,5 %</p> <p>En: 1964 kJ (469 kCal) Zsír: 20,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 55,2 g Cukor: 8,0 g Feh: 13,6 g Só: 1,3 g Allergének:1,7</p>
Ebéd	<p>Csokonaileves sertéshússal Tejberizs Kakaós barnacukor Alma Teljes kiörlésű kenyér</p> <p>En: 3122 kJ (746 kCal) Zsír: 15,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 119,7 g Cukor: 8,9 g Feh: 29,5 g Só: 1,8 g Allergének:1,7,9,10</p>	<p>Tarhonyaleves Sertéspörkölt Tökfőzelék Teljes kiörlésű kenyér</p> <p>En: 3236 kJ (773 kCal) Zsír: 22,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 103,4 g Cukor: 4,9 g Feh: 35,6 g Só: 2,2 g Allergének:1,3,7,9</p>	<p>Narancsos sütőtökrémeles Pirított magvak Temesvári pulykaragu Bulgur</p> <p>En: 2889 kJ (690 kCal) Zsír: 29,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 71,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 33,3 g Só: 1,6 g Allergének:1,7,9,11</p>	<p>Paradicsomleves betűtészteval Köményes sertéssült Vegyes vágott savanyúság Hagymás tört burgonya</p> <p>En: 3142 kJ (750 kCal) Zsír: 30,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 86,5 g Cukor: 14,4 g Feh: 31,2 g Só: 0,9 g Allergének:1,3,9</p>	<p>Tojásleves Csirkemáj-rizottó</p> <p>En: 2237 kJ (534 kCal) Zsír: 20,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 54,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 31,7 g Só: 0,7 g Allergének:3,7,9</p>
Uzsonna	<p>Kefír 150 g Kifli</p> <p>En: 841 kJ (201 kCal) Zsír: 4,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 30,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,6 g Só: 0,7 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Gépsonka Delma light margarin 20% Rozsos kenyér Paradicsom</p> <p>En: 1128 kJ (269 kCal) Zsír: 7,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,9 g Cukor: 4,6 g Feh: 10,1 g Só: 1,7 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Trappista sajt 40% Delma light margarin 20% Teljes kiörlésű kenyér TV paprika</p> <p>En: 1463 kJ (350 kCal) Zsír: 14,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 36,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 16,7 g Só: 1,8 g Allergének:1,7</p>	<p>Csirke kenőmájás Félbarna kenyér</p> <p>En: 1155 kJ (276 kCal) Zsír: 8,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 37,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 10,0 g Só: 1,9 g Allergének:1</p>	<p>Kockasajt Teljeskiörlésű kifli TV paprika</p> <p>En: 1224 kJ (292 kCal) Zsír: 12,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,6 g Só: 1,8 g Allergének:1,6,7</p>

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