

Étlap

2017 50. hét

2017.12.11.-2017.12.17.

Hungast Vital Kft.
5104 Aquincumi Étterem

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Marha párizsi Delma light margarin 20% Teljes kiőrlésű kenyér Tea őszibarck</p> <p>En: 1314 kJ (314 kCal) Zsír: 10,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,5 g Cukor: 6,1 g Feh: 9,6 g Só: 2,7 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Petrezselymes tojáskrém Félbarna kenyér Kígyóborka Tej 1,5 %</p> <p>En: 1488 kJ (355 kCal) Zsír: 8,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,2 g Cukor: 0,3 g Feh: 16,4 g Só: 1,5 g Allergének:1,3,7,10</p>	<p>Méz + vaj Zsúrkenyér Tej 1,5 %</p> <p>En: 1891 kJ (452 kCal) Zsír: 16,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 60,5 g Cukor: 8,0 g Feh: 13,5 g Só: 1,2 g Allergének:1,7</p>	<p>Köményes sajt 25% Delma light margarin 20% Teljeskiőrlésű zsemle TV paprika Tea eper tejszínes</p> <p>En: 1523 kJ (364 kCal) Zsír: 13,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 44,1 g Cukor: 6,1 g Feh: 14,6 g Só: 2,0 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Delma light margarin 20% Teljes kiőrlésű kenyér Kakaó házi</p> <p>En: 1536 kJ (367 kCal) Zsír: 9,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,4 g Cukor: 2,1 g Feh: 15,9 g Só: 1,4 g Allergének:1,7</p>
Ébéd	<p>Mustáros sertésragu leves Tejbedara Kakaós barnacukor Félbarna kenyér</p> <p>En: 3168 kJ (757 kCal) Zsír: 15,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 120,3 g Cukor: 13,6 g Feh: 32,8 g Só: 2,0 g Allergének:1,7,9,10</p>	<p>Zöldségleves eperlevéllel Sertéstokány Lencsefőzelék Félbarna kenyér</p> <p>En: 3450 kJ (824 kCal) Zsír: 20,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 108,2 g Cukor: 6,6 g Feh: 49,4 g Só: 2,1 g Allergének:1,3,7,9,10</p>	<p>Magyaros gombaleves Kukoricasaláta 1/2 Sertés vagdalt Párolt rizs (előgőzött)</p> <p>En: 3460 kJ (826 kCal) Zsír: 35,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 96,1 g Cukor: 3,6 g Feh: 28,6 g Só: 1,7 g Allergének:1,3,7,9,10</p>	<p>Zellerkrémleves Pirított napraforgó Almás csirkeragu Vajas burgonya</p> <p>En: 2511 kJ (600 kCal) Zsír: 22,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 67,3 g Cukor: 2,2 g Feh: 30,1 g Só: 0,7 g Allergének:7,9,12</p>	<p>Paradicsomleves betűtészteval Marokkói csirkeragu</p> <p>En: 2523 kJ (603 kCal) Zsír: 14,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 84,4 g Cukor: 14,4 g Feh: 31,9 g Só: 1,3 g Allergének:1,3,9</p>
Uzsonna	<p>Edámi sajt 40% Zsemle Pritaminpaprika</p> <p>En: 1205 kJ (288 kCal) Zsír: 10,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 15,4 g Só: 1,4 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Zalai felvágott Delma light margarin 20% Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p>En: 1114 kJ (266 kCal) Zsír: 7,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 37,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 10,0 g Só: 1,8 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Csemege szalámi Teljes kiőrlésű kenyér Delma light margarin 20% Kígyóborka</p> <p>En: 1198 kJ (286 kCal) Zsír: 10,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 36,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 10,0 g Só: 1,6 g Allergének:1</p>	<p>Ananászos túrókrém Zsúrkenyér</p> <p>En: 907 kJ (217 kCal) Zsír: 1,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 41,5 g Cukor: 11,8 g Feh: 8,5 g Só: 1,0 g Allergének:1,7</p>	<p>Zabpehelykeksz Mandarin</p> <p>En: 1291 kJ (308 kCal) Zsír: 14,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 36,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,8 g Só: 0,2 g Allergének:1,3,5,6,7,8</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