



Hungast Vital Kft.
5104 Aquincumi Étterem

Étlap
2018 8. hét
2018.02.19.-2018.02.25.

Korcsoport: 11-14 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Pulyka sonka Delma light margarin 20% Tea csipkebogyó hibiszkusz Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p>En: 1174 kJ (280 kCal) Zsír: 6,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,4 g Cukor: 6,4 g Feh: 10,6 g Só: 1,8 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Foszlós kalács Karamellás tej</p> <p>En: 1654 kJ (395 kCal) Zsír: 10,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 64,2 g Cukor: 11,3 g Feh: 14,7 g Só: 0,6 g Allergének:1,3,6,7</p>	<p>Baromfi párizsi Delma light margarin 20% Tej 1,5 % Teljeskiőrlésű zsemle</p> <p>En: 1653 kJ (395 kCal) Zsír: 13,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 49,6 g Cukor: 0,0 g Feh: 18,4 g Só: 1,7 g Allergének:1,6,7</p>	<p>Rozsos kenyér TV paprika Körözött Tea ősziarck</p> <p>En: 1197 kJ (286 kCal) Zsír: 4,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 46,6 g Cukor: 10,0 g Feh: 13,6 g Só: 1,1 g Allergének:1,7</p>	<p>Gyümölcsíz Zsúrkenyér Tej 1,5 %</p> <p>En: 1352 kJ (323 kCal) Zsír: 4,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 55,0 g Cukor: 8,0 g Feh: 13,5 g Só: 1,2 g Allergének:1,7</p>
Ebéd	<p>Sertésragu leves Almás diós zabpehelykása Narancs</p> <p>En: 2939 kJ (702 kCal) Zsír: 26,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 84,8 g Cukor: 20,0 g Feh: 29,6 g Só: 0,7 g Allergének:1,7,8,9</p>	<p>Daragaluskaleves Sárgaborsó főzelék Sült kolbász Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p>En: 3345 kJ (799 kCal) Zsír: 28,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 94,0 g Cukor: 1,1 g Feh: 36,9 g Só: 3,2 g Allergének:1,3,6,7,9</p>	<p>Karfiol krémleves p.magvakkal Pusztapörkölt sertéshússal Céklasaláta Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p>En: 3201 kJ (765 kCal) Zsír: 25,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 88,9 g Cukor: 0,6 g Feh: 40,5 g Só: 1,8 g Allergének:1,7,9,12</p>	<p>Lebbencs leves Főtt tojás Parajfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p>En: 2548 kJ (609 kCal) Zsír: 14,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 89,1 g Cukor: 1,1 g Feh: 27,0 g Só: 2,1 g Allergének:1,3,7,9,12</p>	<p>Rizsleves Panírozott halrúd Tört burgonya Vegyes vágott savanyúság</p> <p>En: 2559 kJ (611 kCal) Zsír: 19,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 86,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 20,1 g Só: 0,3 g Allergének:1,3,4,9,12</p>
Uzsonna	<p>Zsemle Delma light margarin 20% Pritaminpaprika Főtt tojás</p> <p>En: 1159 kJ (277 kCal) Zsír: 10,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 11,2 g Só: 0,7 g Allergének:1,3,6</p>	<p>Csirke kenőmájás Rozsos kenyér Kígyóuborka</p> <p>En: 1183 kJ (283 kCal) Zsír: 9,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 37,8 g Cukor: 3,8 g Feh: 10,2 g Só: 1,9 g Allergének:1</p>	<p>Edámi sajt 40% Delma light margarin 20% Félbarna kenyér</p> <p>En: 1423 kJ (340 kCal) Zsír: 14,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 37,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 15,7 g Só: 1,8 g Allergének:1,7</p>	<p>Joghurt gyümölcsös Kifli</p> <p>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</p>	<p>Korpás pogácsa Mandarin</p> <p>En: 962 kJ (230 kCal) Zsír: 8,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,1 g Só: 1,2 g Allergének:1,3,6,7</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.-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

2018.02.13. 11:09:29