**ÉTLAP**

**Háromszori étkezés**

**7-10 éves gyerekek részére, 2022.11.28.-12.02. 48. HÉT**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Képtalálat a következőre: „chef” | **HÉTFŐ** | **KEDD** | **SZERDA** | **CSÜTÖRTÖK** | **PÉNTEK** |
| **TÍZÓRAI****(allergének)** | **Tej 26****Kukoricapehely 20** | **Gyümölcs tea****Túrókrém****Félbarna kenyér 20** | **Gyümölcs joghurt 26****Suli rúd 20** | **Citromos tea****Magyaros vajkrém 26****Félbarna kenyér 20** | **Kakaó 26****Kuglóf 20,22,26** |
| **Só és tápanyag tartalom** | EN(kcal): 376,44 | EN(kcal): 232,81 | EN(kcal): 331,89 | EN(kcal): 323,44 | EN(kcal): 303,18 |
| F(g):8,60 | Zs(g):3,40 | TZs(g):1,63 | F(g):10,55 | Zs(g):1,63 | TZs(g):0,71 | F(g):8,19 | Zs(g):3,01 | TZs(g):1,60 | F(g):10,53 | Zs(g):0,83 | TZs(g):0,28 | F(g):9,09 | Zs(g):5,01 | TZs(g):2,61 |
| SZH(g):26,80 | CK(g):5,18 | SÓ(g):0,27 | SZH(g): 38,76 | CK(g):1,00 | SÓ(g):1,44 | SZH(g):42,25 | CK(g):12,49 | SÓ(g):0,87 | SZH(g):38,60 | CK(g):1,00 | SÓ(g):1,41 | SZH(g):31,55 | CK(g):11,77 | SÓ(g):0,28 |
| **EBÉD****(allergének)** | **Becsinált leves 20,22,26****Dejós metélt 20,22,25** | **Húsleves 20****Rántott párizsi 20,22,26****Burgonyafőzelék 20,26** | **Paradicsomleves 20,22****Zöldséges rizseshús** | **Karalábékrémleves 20,26,(25)****Bolognai spagetti 20,26** | **Zöldborsóleves 20,22,28****Vagdalt 20,22****Paradicsomos káposztafőzelék 20** |
| **Só és tápanyag tartalom** | EN(kcal): 799,35 | EN(kcal): 699,92 | EN(kcal): 793,61 | EN(kcal): 883,20 | EN(kcal): 669,24 |
| F(g):33,63 | Zs(g):35,84 | TZs(g):7,49 | F(g):12,77 | Zs(g):23,83 | TZs(g):2,44 | F(g):26,14 | Zs(g):23,24 | TZs(g):2,92 | F(g):35,24 | Zs(g):29,55 | TZs(g):9,85 | F(g):27,77 | Zs(g):23,32 | TZs(g):4,08 |
| SZH(g):76,14 | CK(g):21,58 | SÓ(g):1,21 | SZH(g):61,65 | CK(g):0,05 | SÓ(g):1,28 | SZH(g):74,55 | CK(g):20,01 | SÓ(g):1,18 | SZH(g):76,02 | CK(g):15,01 | SÓ(g):1,87 | SZH(g):80,04 | CK(g):10,02 | SÓ(g):1,86 |
| **UZSONNA****(allergének)** | **Lapka sajt 26****Margarin****Zsemle 20** | **Zala felvágott****Margarin****Teljes kiőrlésű kenyér 20****Kígyó uborka** | **Csicseriborsó krém 29****Rozskenyér 20****Alma** | **Olasz felvágott****Margarin****Magos kenyér 20****Jégretek** | **Pizzás csiga 20,22,26** |
| **Só és tápanyag tartalom** | EN(kcal): 294,09 | EN(kcal): 324,94 | EN(kcal): 276,20 | EN(kcal): 357,57 | EN(kcal): 257,18 |
| F(g):8,71 | Zs(g):13,88 | TZs(g):4,99 | F(g):9,83 | Zs(g):15,35 | TZs(g):4,35 | F(g):7,70 | Zs(g):3,56 | TZs(g):0,55 | F(g):10,15 | Zs(g):17,36 | TZs(g):5,21 | F(g):3,80 | Zs(g):12,30 | TZs(g):5,15 |
| SZH(g):32,64 | CK(g):0,00 | SÓ(g): 1,40 | SZH(g):33,34 | CK(g):0,00 | SÓ(g):0,97 | SZH(g):42,63 | CK(g):0,00 | SÓ(g):0,91 | SZH(g):38,36 | CK(g):0,00 | SÓ(g):1,96 | SZH(g):30,90 | CK(g):0,00 | SÓ(g):0,01 |
| **Dussmann-Logo-2013**A Dussmann Catering az étlapon tájékoztatja Önt az ételeiben előforduló allergénekről. A lista 14 allergént sorol fel, melyek leggyakrabban felelősek az ételallergiákért.Az egyértelmű jelölés segíti az allergén azonosítását az ételeinkben. A számozás (20-33) megmutatja, hogy melyik étel, melyik allergén összetevőt tartalmazza. A tájékoztató nem teljeskörű. Abban az esetben, ha részletesebb információra van szüksége, akkor a mellékelt allergén tájékoztatókkal nyújtunk segítséget az Ön számára. |

**Jó étvágyat kívánunk!**

Üzletvezető: Mihályné Bege Enikő