

Étlap

26. étlap

14-18 éves korosztály és felnőttek részére	Hétfő 06.20.	Kedd 06.21.	Szerda 06.22.	Csütörtök 06.23.	Péntek 06.24.		
Reggeli	Margarin Szel.vf.szalámi Kenyér, tea Cerbóna	Margarin Zöldséges felvágott Kenyér, tea Zöldpaprika	Margarin Olasz felvágott Kenyér, tea Uborka	Margarin Csirkemell sonka Kenyér, tea Paradicsom	Teavaj, méz Gyümölcsjoghurt Kenyér, tea Kifli		
Ebéd	Karfiol leves Juhtúrós rakott tészta Kenyér félék	Húsleves Párizsi csirke Burgonya püré Gyümölcsszószt kenyér félék	Bableves Leveles masni Kakaós kalács Kenyér félék	Sóska leves Rizses hús Ecetes uborka hagymával Kenyér félék	Rántott halas szendvics (Zöldséges bulgur) Tartár Alma Kenyér félék		
Vacsora	Habos puding Burgonyás pogácsa Kenyér félék	Fasírozott Majonézes kukorica Kenyér félék	Lecsó virslivel tarhonyával Kenyér félék	Lencse főzelék Sült kolbász Kenyér félék			
Kalória fő/nap	3029	3280	3048	3108	2072		
Allergének reggeliben	margarin: tej kenyér: glutén cerbóna: mogyorófélék, tej	margarin: tej kenyér: glutén	margarin: tej kenyér: glutén	margarin: tej kenyér: glutén	teavaj: tej gyümölcs joghurt: tej kenyér: glutén kifli: glutén		
Allergének ebédben	karfiol leves: glutén, tojás, zeller juhtúrós rakott tésztá: glutén, tojás, tej kenyér: glutén	húsleves: glutén, tojás, zeller párizsi csirke: glutén, tojás, tej gyümölcsszószt: glutén kenyér: glutén	bableves: glutén, tojás, zeller leveles masni: glutén, tojás, tej kakaós kalács: glutén, tojás, tej kenyér: glutén	sóska leves: glutén, tej kenyér: glutén	rántott halas szendvics: glutén, tojás (bulgur: glutén) tartár: tojás, tej kenyér: glutén		
Allergének vacsorában	habos puding: tej burgonyás pogácsa: glutén, tojás, tej kenyér: glutén	fasírozott: glutén, tojás majonézes kukorica: tojás, tej kenyér: glutén	lecsó virslivel, tarhonyával: glutén, tojás, tej kenyér: glutén	lencse főzelék: glutén, kenyér: glutén			
Sótartalom gr/fő/étkezés ételkészítésben	8,00	7,4 ; 2,5	6,7 ; 3,0	6,3 ; 3,0	2,5		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk. Ásotthalom, 2022. június 20. Kiriné Hevesi Gyöngyi ételmezésvezető