

Étlap

<i>Alsós iskolás</i> <i>(7-10 év)</i>	<i>Hétfő</i> <i>2025.09.29.</i>	<i>Kedd</i> <i>2025.09.30.</i>	<i>Szerda</i> <i>2025.10.01.</i>	<i>Csütörtök</i> <i>2025.10.02.</i>	<i>Péntek</i> <i>2025.10.03.</i>
<i>Ebéd</i>	-Brokkolikrém leves (L, G, Z, M, T, O, S, K) -Brassói aprópecsenye (G, L, T, O, M, S, K, Z) -Burgonya köret -Vágott vegyes savanyúság <i>S:3,9, E:751,0, ZS:29,7, T:3,8, F:31,2, CH:82,3, C:8,3, Ca:165,1</i>	-Alföldi betyár leves (G, T, Z, M, L) -Fahéjas csiga kelt (G, L, T) <i>S:1,0, E:599,0, ZS:21,0, T:2,9, F:18,9, CH:81,5, C:24,1, Ca:90,8</i>			
<i>Összesen</i>	<i>S:3,9, E:751,0, ZS:29,7, T:3,8, F:31,2, CH:82,3, C:8,3, Ca:165,1</i>	<i>S:1,0, E:599,0, ZS:21,0, T:2,9, F:18,9, CH:81,5, C:24,1, Ca:90,8</i>	<i>S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0</i>	<i>S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0</i>	<i>S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0</i>

Jó étvágyat!

Jelmagyarázat:

S: só (g)
ZS: zsír (g)
F: fehérje (g)
C: cukor (g)
E: energia (kcal)
T: telített zsírsav (g)
CH: szénhidrát (g)
Ca: kalcium (mg)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák
L: laktóz, tej, tejtermékek
T: tojás, fehérje
F: földimogyoró

Z: zeller
R: rákfélék
H: halak
O: szója

D: diófélék, mandula, pisztácia
M: mustár
S: szezám
K: szulfitok, kéndioxid

C: csillagfűrt
P: puhatestűek