

Étlap

<i>Alsós iskolás</i> (7-10 év)	<i>Hétfő</i> 2026.04.27.	<i>Kedd</i> 2026.04.28.	<i>Szerda</i> 2026.04.29.	<i>Csütörtök</i> 2026.04.30.	<i>Péntek</i> 2026.05.01.
<i>Ebéd</i>	-Májgaluskaleves (T, G, Z, M) -Vadas tokány (L, G, M, Z, T, O, S, K) -Kuszkusz (G) <i>S:1,1, E:832,0, ZS:30,5, T:2,4, F:41,0, CH:95,9, C:16,5, Ca:72,9</i>	- Zellerkrémleves (L, O, Z, G) -Brassói aprópecsenye (G, L, T, O, M, S, K, Z) -Főtt burgonya <i>S:2,3, E:469,0, ZS:16,5, T:3,9, F:24,3, CH:50,7, C:3,5, Ca:72,3</i>	-Tojásleves (T, G, Z, M, L, O, S, K) -Rakott zöldbab (L, G, T, O, M, S, K, Z) <i>S:0,7, E:425,0, ZS:24,1, T:1,8, F:16,8, CH:33,3, C:1,3, Ca:25,4</i>	-Karalábéleves (G, T) -Bolognai tészta** (Z, L, G, T, O, M, S) <i>S:1,6, E:797,0, ZS:27,2, T:4,9, F:43,9, CH:87,7, C:9,5, Ca:239,9</i>	
<i>Összesen</i>	<i>S:1,1, E:832,0, ZS:30,5, T:2,4, F:41,0, CH:95,9, C:16,5, Ca:72,9</i>	<i>S:2,3, E:469,0, ZS:16,5, T:3,9, F:24,3, CH:50,7, C:3,5, Ca:72,3</i>	<i>S:0,7, E:425,0, ZS:24,1, T:1,8, F:16,8, CH:33,3, C:1,3, Ca:25,4</i>	<i>S:1,6, E:797,0, ZS:27,2, T:4,9, F:43,9, CH:87,7, C:9,5, Ca:239,9</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) E: energia (kcal)
ZS: zsír (g) T: telített zsírsav (g)
F: fehérje (g) CH: szénhidrát (g)
C: cukor (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