

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
	Tej, Meggylekvár, margarin, zsemle	Almás fahéjas tea, Házi hot dog, ketchup	Citromos tea, Májusi csemege margarin, korpás zsemle, paprika	Kakao Molnárka (rendelés)	Erdei gyümölcsös tea, Sült hús krém (ház!), rozsos kenyér, illághagyma
TÍZÓRAI Felsős (11-14 év)	Energia: 325,98 Kcal / 1 362,60 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 11,56 g 10,35 g 3,53 g Szénhidrát Cukor Só 46,17 g 5,93 g 0,88 g *glutén,tejtermék	Energia: 327,24 Kcal / 1 367,86 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 11,77 g 12,38 g 4,60 g Szénhidrát Cukor Só 41,72 g 16,79 g 2,34 g *glutén,tejtermék	Energia: 302,11 Kcal / 1 262,82 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 6,89 g 10,29 g 3,00 g Szénhidrát Cukor Só 45,01 g 15,99 g 0,98 g *glutén,tejtermék	Energia: 319,65 Kcal / 1 336,14 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 12,58 g 8,21 g 3,82 g Szénhidrát Cukor Só 48,49 g 10,39 g 0,89 g *tojás,glutén,tejtermék	Energia: 289,54 Kcal / 1 210,28 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 8,86 g 7,22 g 7,09 g Szénhidrát Cukor Só 46,82 g 13,99 g 0,94 g *mustár,glutén,tejtermék
EBÉD Felsős (11-14 év)	Tejfőlds karalábéleves Tarthonyás hús, csemege uborka	Kolbászos burgonyaleves Dejós metélt Alma	Vegyes gyümölcsleves Rántott halrúd, kukoricás rizs, tartármártás	Tárkonyos zöldségleves Fűszeres sertéssült, petrezselymes burgonya, csemege uborka	Burgonyagombóc leves Stefánia vagdalt Tarkabab főzelék
	Energia: 622,81 Kcal / 2 603,35 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 26,55 g 28,62 g 7,52 g Szénhidrát Cukor Só 63,91 g 0,01 g 3,17 g *mustár,tojás,zeller,glutén,tejtermék	Energia: 694,01 Kcal / 2 900,96 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 22,89 g 24,25 g 5,20 g Szénhidrát Cukor Só 94,43 g 15,74 g 3,06 g *zeller,glutén,diófélék	Energia: 1 096,58 Kcal / 4 583,70 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 31,39 g 60,46 g 11,43 g Szénhidrát Cukor Só 105,15 g 37,42 g 1,62 g *hal,mustár,tojás,glutén,tejtermék	Energia: 659,85 Kcal / 2 758,17 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 28,74 g 32,21 g 9,76 g Szénhidrát Cukor Só 62,37 g 0,20 g 4,36 g *mustár,tojás,zeller,glutén	Energia: 809,29 Kcal / 3 382,83 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 39,80 g 31,83 g 7,41 g Szénhidrát Cukor Só 89,85 g 0,01 g 7,95 g *tojás,zeller,glutén
USZONNA Felsős (11-14 év)	Füstölt sajt krém, Rozskenyér, Jégcsapretek	Csirkemell sonka Margarin Korpás zsemle, Paradicsom	Körözött Teljes kiőrlésű kenyér Paprika	Toast felvágott, Margarin felbarna kenyér, uborka	Fahéjas csiga (rendelés) Szliva
	Energia: 234,67 Kcal / 980,92 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 7,30 g 8,93 g 8,36 g Szénhidrát Cukor Só 30,99 g 0,00 g 0,78 g *glutén,tejtermék	Energia: 228,82 Kcal / 956,47 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 8,42 g 7,97 g 2,09 g Szénhidrát Cukor Só 30,58 g 0,00 g 1,04 g *glutén,tejtermék	Energia: 174,58 Kcal / 729,74 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 8,09 g 2,40 g 0,90 g Szénhidrát Cukor Só 29,95 g 0,00 g 0,99 g *glutén,tejtermék	Energia: 253,58 Kcal / 1 059,96 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 10,72 g 9,05 g 2,39 g Szénhidrát Cukor Só 32,01 g 0,00 g 1,53 g *glutén,tejtermék	Energia: 174,68 Kcal / 730,16 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 5,02 g 5,41 g 1,09 g Szénhidrát Cukor Só 25,85 g 5,00 g 0,18 g *glutén,tejtermék

*Allergének jelölése

Minőségbiztosítás
+36706148484
minosegbiztositas@tszastro.hu

Jó étvágyat kívánunk!

Élelmezésvezető