Kerekegyházi Polgármesteri Hivatal
6041 Kerekegyháza
Fő u 47/a.

Étlap (alsó tagozatosok 7-10)

2021.02.15 - 2021.02.21.

	Hétfő 2021.02.15	Kedd 2021.02.16.	Szerda 2021.02.17.	Csütörtök 2021.02.18.	Péntek 2021.02.19.
Tízórai	**Erdeigyümölcsös tea** (Móra) **Vajkrémes**(zöldfűszeres)**t.őrlésű kenyér** (M (01,07,) **Uborka** (Móra) E:1 157(Kj) 277(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 41(g) Zsir: 9(g)Cuk: 7(g)Só:0,54(g)	**Kakaó** (Móra) (07,) **Kakaós kifli** (Móra) (01,07,) E:1 592(Kj) 381(KCal) F: 13(g)Kol: 23(g)Sz: 62(g) Zsir: 7(g)Cuk: 12(g)Só:0,20(g)	**Csipkebogyó tea** (Móra) **Sonkás szendvics** (Móra) (07,01,) **Uborka** (Móra) E:1 196(Kj) 286(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 41(g) Zsir: 9(g)Cuk: 7(g)Só:0,95(g)	**Tej** (Móra) (07,) **Fonott kalács** (Móra) (01,03,07,) E:1 183(Kj) 283(KCal) F: 13(g)Kol: 26(g)Sz: 45(g) Zsir: 8(g)Cuk: 4(g)Só:0,20(g)	**Tejeskávé** (Móra) (07,) **Kifli, korpás** (Móra) (01,07,) E:1 243(Kj) 297(KCal) F: 12(g)Kol: 23(g)Sz: 50(g) Zsir: 4(g)Cuk: 9(g)Só:0,35(g)
Ebéd	**Zöldborsó leves** (Móra) (03,01,07,09,10,) **Tarhonyáshús** (Móra) (01,03,) **Vegyesvágott édesítőszerrel**(Móra) (10,) E:1 954(Kj) 468(KCal) F: 22(g)Kol: 50(g)Sz: 50(g) Zsir: 18(g)Cuk: 0(g)Só:2,54(g)	**Karalábéleves** (Móra) (01,07,03,09,10,) **Sokmagvas rántott csirkemell** (Móra) (11,03,01,07,) **Petrezselymes burgonya** (Móra) (12,) **Őszibarackbefőtt**(Móra) E:2 430(Kj) 581(KCal) F: 34(g)Kol: 92(g)Sz: 70(g) Zsir: 18(g)Cuk: 13(g)Só:17,02(g)	**Zellerkrém leves** (Móra) (01,07,09,03,10,) **Csőbensült halfilé** (Móra) (07,04,03,01,) **Rizs köret** (Móra) (01,03,07,09,10,) E:2 735(Kj) 654(KCal) F: 32(g)Kol: 50(g)Sz: 61(g) Zsir: 31(g)Cuk: 1(g)Só:3,77(g)	**Tarhonyaleves** (Móra) (12,01,03,07,09,10,) **Zöldbab főzelék** (Móra) (01,03,07,09,10,12,) **Pulyka pörkölt** (Móra) **Rozskenyér**(Móra) (01,) **Alma** (Móra) E:2 813(Kj) 673(KCal) F: 34(g)Kol: 43(g)Sz: 71(g) Zsir: 26(g)Cuk: 1(g)Só:5,42(g)	**Legényfogóleves** (Móra) (07,01,03,09,10,) **Meggyes piskóta** (Móra) (03,07,01,) E:2 197(Kj) 526(KCal) F: 22(g)Kol:137(g)Sz: 73(g) Zsir: 15(g)Cuk: 22(g)Só:2,03(g)
Uzsonna	**Tej poharas**(Móra) (07,) **Kifli, olasz** (Móra) (01,07,) **Balaton szelet** (Móra) (01,07,06,08,) E:1 867(Kj) 447(KCal) F: 14(g)Kol: 20(g)Sz: 60(g) Zsir: 15(g)Cuk: 13(g)Só:0,45(g)	**Margarinos sajtos teljes őrlésű kenyér**(M (07,01,) **Sárgarépa** (Móra) E:1 208(Kj) 289(KCal) F: 11(g)Kol: 18(g)Sz: 36(g) Zsir: 12(g)Cuk: 0(g)Só:0,90(g)	**Krémtúró**(Móra) (07,) **Kifli** (Móra) (01,07,) E:1 521(Kj) 364(KCal) F: 19(g)Kol: 0(g)Sz: 49(g) Zsir: 9(g)Cuk: 1(g)Só:0,35(g)	**Szalámis barna zsemle margarinnal** (Móra) (07,01,) **Retek** (Móra) E:1 407(Kj) 336(KCal) F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 39(g) Zsir: 14(g)Cuk: 0(g)Só:1,08(g)	**Sajtkrémes t.őrlésű kenyér** (Móra) (07,01,) **Rostos gyümölcslé** (Móra) E:1 474(Kj) 353(KCal) F: 7(g)Kol: 10(g)Sz: 59(g) Zsir: 8(g)Cuk: 0(g)Só:0,54(g)

01=Glutén,02=Rákfélék,03=Tojás,04=Halak,05=Földimogyoró,06=Szójabab,07=Tej,08=Diófélék,09=Zeller,10=Mustár,11=Szezámmag,12=Kén-dioxid,13=Csillagfürt,14=Puhatestüek,

Élelmezésvezető