Kerekegyházi Polgármesteri Hivatal
6041 Kerekegyháza
Fő u 47/a.

Étlap (alsó tagozatosok 7-10)

2022.02.14 - 2022.02.20.

	Hétfő	*Kedd*	*Szerda*	*Csütörtök*	*Péntek*
	2022.02.14	*2022.02.15.*	*2022.02.16.*	*2022.02.17.*	*2022.02.18.*
Tízórai	**Csipkebogyó tea** (Móra) **Vajkrémes**(zöldfűszeres)**t.őrlésű kenyér** (M (07,01,) **Uborka** (Móra)	**Kakaó** (Móra) (07,) **Zsemle** (Móra) (01,)	**Erdeigyümölcsös tea** (Móra) **Sonkás szendvics** (Móra) (07,01,) **Jégcsapretek** (Móra)	**Tej** (Móra) (07,) **Fonott kalács** (Móra) (01,03,07,)	**Kakaó** (Móra) (07,) **Kifli**(búzacsíras) **Móra** (01,08,05,)
	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)	E:1 235(Kj) 295(KCal) F: 12(g)Kol: 23(g)Sz: 52(g) Zsir: 4(g)Cuk: 8(g)Só:0,35(g)	E:1 201(Kj) 287(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 41(g) Zsir: 9(g)Cuk: 7(g)Só:0,95(g)	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)	E:1 254(Kj) 300(KCal) F: 13(g)Kol: 23(g)Sz: 50(g) Zsir: 5(g)Cuk: 9(g)Só:0,11(g)
Ebéd	**Zellerkrém leves** (Móra) (01,03,07,09,10,) **Tarhonyáshús** (Móra) (01,03,07,09,10,) **Cékla** (Móra)	**Zöldbableves** (tejfölös)(Móra) (07,12,01,03,09,10,) **Sütőtökös csirke** (Móra) (07,01,03,09,10,06,) **Penne tészta** (Móra) (01,)	**Gombaleves** (Móra) (07,01,03,09,10,) **Rántott halfilé** (Móra) (04,03,01,07,) **Rizi-bizi** (Móra) (01,03,07,09,10,) **Káposzta saláta** (Móra)	**Grízgaluska leves** (Móra) (01,03,07,09,10,) **Burgonya főzelék** (Móra) (01,12,07,03,09,10,) **Pulykafasírt** (Móra) (01,03,) **Alma** (Móra)	**Legényfogóleves** (Móra) (03,01,07,09,10,) **Tejespite eperlekvárral**(Móra) (07,01,03,) **Narancs** (Móra)
	E:2 370(Kj) 567(KCal) F: 24(g)Kol: 64(g)Sz: 62(g) Zsir: 23(g)Cuk: 1(g)Só:3,45(g)	E:2 534(Kj) 606(KCal) F: 37(g)Kol: 61(g)Sz: 62(g) Zsir: 21(g)Cuk: 1(g)Só:5,33(g)	E:2 902(Kj) 694(KCal) F: 33(g)Kol: 58(g)Sz: 91(g) Zsir: 20(g)Cuk: 9(g)Só:6,37(g)	E:2 110(Kj) 505(KCal) F: 21(g)Kol: 96(g)Sz: 62(g) Zsir: 24(g)Cuk: 1(g)Só:4,32(g)	E:2 565(Kj) 614(KCal) F: 25(g)Kol:144(g)Sz: 97(g) Zsir: 12(g)Cuk: 16(g)Só:2,03(g)
Uzsonna	**Tej poharas**(Móra) (07,) **T.ő.túrós rétes** (Móra) (01,07,08,)	**Házi májasos t.ő.kenyér** (Móra) (07,01,) **Rostos gyümölcslé** (Móra)	**Tej poharas**(Móra) (07,) **Kakaós kifli** (Móra) (01,07,)	**Krémtúró**(Móra) (07,) **Kifli** (t.őrlésű) **Móra** (01,)	**Sajtkrémes t.őrlésű kenyér** (Móra) (07,01,) **Uborka** (Móra)
	E:1 586(Kj) 379(KCal) F: 11(g)Kol: 20(g)Sz: 46(g) Zsir: 15(g)Cuk: 5(g)Só:0,75(g)	E:1 479(Kj) 354(KCal) F: 9(g)Kol: 5(g)Sz: 66(g) Zsir: 5(g)Cuk: 0(g)Só:0,67(g)	E:1 580(Kj) 378(KCal) F: 14(g)Kol: 20(g)Sz: 55(g) Zsir: 10(g)Cuk: 4(g)Só:0,20(g)	E:1 520(Kj) 364(KCal) F: 19(g)Kol: 0(g)Sz: 49(g) Zsir: 8(g)Cuk: 0(g)Só:0,35(g)	E:1 025(Kj) 245(KCal) F: 7(g)Kol: 10(g)Sz: 33(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