

ÉTLAP | 2017.11.27.–12.01. | 48. hét

TIZÓRAI

UZSONNA

hétfő	11.27.	májkrémes zsömle, paradicsom 10gr, gyümölcsstea 2dl,	vajas lekváros kifli 89gr,
		<i>kcal:260,72 feh:9,1gr CH:40,3gr zsír:6,87 gr só:1,1gr</i>	<i>kcal:265,9 feh:5,72gr CH:50,16gr zsír:4,47 gr só: 0,3 gr</i>
		<i>Allergén: glutén</i>	<i>Allergén: glutén, tej</i>
kedd	11.28.	sonka 20 gr, sajtos stangli 100gr, saláta 5gr, kakaó 2dl,	mackó sajt 33gr, szendvicskifli 50gr,
		<i>kcal:343,25 feh:10,19gr CH:44,38gr zsír:13,64gr só:1gr</i>	<i>kcal:261,49 feh:7,81gr CH:34,57gr zsír:9,83gr só: 0,9gr</i>
		<i>Allergén: glutén</i>	<i>Allergén: glutén, tej</i>
szerda	11.29.	kőrözött 20gr, teljeskiörlésű zsemle 54gr, őszibaracklé 2dl,	szalámi 20gr, margarin 5gr, zsömle 55gr,
		<i>Kcal: 286,41 feh:7,02gr CH:27,28gr zsír:13,78gr só:1,1gr</i>	<i>kcal: 315.35 feh:9.75gr CH:41.95gr zsír:11.57gr só:4.5gr</i>
		<i>Allergén: glutén, tej</i>	<i>Allergén: glutén</i>
csütörtök	11.30.	rántott csirkemell 30gr, vágott zsömle 56gr, saláta 10gr, limonádé 2dl,	lekváros levél 100gr,
		<i>kcal:269 feh: 10,03gr CH:48,1gr zsír: 3,44gr só 0,3gr</i>	<i>kcal:379 feh:4,3gr CH:37gr zsír:22,6gr só: 0,3gr</i>
		<i>Allergén: glutén</i>	<i>Allergén: glutén</i>
péntek	12.01.	Hot-dog, csipkebogyótea 2dl,	sajtos pogácsa 60gr,
		<i>kcal:395,87 feh:9,84gr CH:57,6gr zsír:10,26gr só:1,08gr</i>	<i>kcal:275,4 feh:13,2gr CH:24gr zsír:13,2gr só:1gr</i>
		<i>Allergén: glutén</i>	<i>Allergén: glutén, tej</i>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!