

## ÉTLAP | 2018.04.16. – 20. | 16. hét

### TIZÓRAI

### UZSONNA

hétfő	04.16.	vajas foszlós kalács 70gr, karamellás tej 2dl	Rákóczi szalámi 20gr, vágott zsömle 54gr,
		<i>kcal:310,6   feh:14,11gr   CH:43,36gr   zsír:8,39gr</i>	<i>kcal:279,17   feh: 12,21gr   CH:33,72gr   zsír:10,21 gr  só: 0,9 gr</i>
		<i>Allergén: glutén, tej,</i>	<i>Allergén: glutén,</i>
kedd	04.17.	sonka 20 gr, 10gr, margarin 5gr, zsemle tea 2dl	csokis corissan 50 gr. narancs,
		<i>kcal:243,35   feh: 12,84gr   CH:25,4gr   zsír: 10,37gr   só: 1,5gr</i>	<i>kcal:330,42   feh:7,89 gr   CH:58,75gr   zsír:6,84 gr   só: 0,2gr</i>
		<i>Allergén: glutén,</i>	<i>Allergén: glutén</i>
szerda	04.18.	magos korpás zsemle 54 gr. körözött 20 gr. limonádé 2dl	nutella 20 gr. tejes kifli 54 gr.
		<i>kcal: 249,1   feh: 5,82gr   CH: 43,5gr   zsír: 5,08gr</i>	<i>kcal:261,6   feh:4,08gr   CH:40,96gr   zsír.8,24 gr   só: 0,21gr</i>
		<i>Allergén: glutén,</i>	<i>Allergén: glutén, laktóz, mogyoró,</i>
csütörtök	04.19.	Hot-dog, gyümölcstea 2dl	kocka sajt, vajas kifli.
		<i>kcal:269   feh: 10,03gr   CH:48,1gr   zsír: 3,44gr   só 0,3gr</i>	<i>kcal:266,11   feh:9,24 gr   CH:35,64gr   zsír:8,88 gr   só: 0.3gr</i>
		<i>Allergén: glutén,</i>	<i>Allergén: glutén, laktóz,</i>
péntek	04.20.	Stangli 70 gr. margarin 10 gr. tojás 30 gr. sajt 20 gr.	sajtos perec 60 gr.
		<i>kcal:285,87   feh:9,84gr   CH:37,6gr   zsír:10,26gr   só:1,08gr</i>	<i>Kcal:206.7   feh: 4.1g   CH:23gr   zsír:10.14 g só 1 g</i>
		<i>Allergén: glutén, laktóz,</i>	<i>Allergén: glutén, laktóz,</i>

*Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!*

Szombatról még nincs információ, de ha kéri a Szülők állok rendelkezésükre.