

ÉTLAP | 2018.05.14.–18. | 20. hét

TIZÓRAI

UZSONNA

hétfő	05.14.	májkrém 30 gr. stangli 100 gr. paradicsom, gyümölcsstea 2dl, <i>kcal:257,92 feh:11,55gr CH:28,46gr zsír:11,65gr só: 1,5gr</i> <i>Allergén: glutén,</i>	teavaj 20gr, szendvics kifli 50gr <i>kcal:249,75 feh:8,63gr CH:41,33gr zsír:4,8gr só:0,4gr</i> <i>Allergén: glutén, laktóz,</i>
kedd	05.15.	nutellás foszlós kalács 100gr, tej 2dl, <i>kcal:414,16 feh:15,23gr CH:51,68gr zsír:16,29gr só: 1,2gr</i> <i>Allergén: glutén, tej, mogyoró,</i>	diák csemege 20 gr, margarin 5gr, zsömle 55gr, <i>kcal:315.35 feh:9.75gr CH:41.95gr zsír:11.57gr só:4.5gr</i> <i>Allergén: glutén</i>
szerda	05.16.	sajtkrémes stangli 100gr, saláta 5gr, multi vitamin 2dl, sárgarépa, <i>kcal:343,25 feh:10,19gr CH:44,38gr zsír:13,64gr só:1gr</i> <i>Allergén: glutén, laktóz,</i>	baconos párna 70gr, <i>kcal:318,95 feh:6,59gr CH:33,02gr zsír:17,71 gr só:0,6gr</i> <i>Allergén: glutén, tej</i>
csütörtök	05.17.	rántott csirkemell 30gr, vágott zsömle 56gr, saláta 10gr, gyümölcszörp 2dl, <i>kcal:269 feh: 10,03gr CH:48,1gr zsír: 3,44gr só 0,3gr</i> <i>Allergén: glutén</i>	joghurt, müzli szelet, <i>kcal: 395 feh:5,6gr CH:47,2gr zsír:19,2gr só: 0.2gr</i> <i>Allergén: glutén, laktóz, tojás</i>
péntek	05.18.	sonka 20 gr, vaj 10gr, zöldség 25gr, zsemle 54gr, bodzás limonádé 2dl, <i>kcal:288,26 feh:4,85gr CH:23,73gr zsír:18,77gr só:0,7gr</i> <i>Allergén: glutén,</i>	maci sajt, tejes kifli, <i>kcal:206.7 feh: 4,1gr CH:23gr zsír:10,14gr só: 1gr</i> <i>Allergén: glutén, laktóz,</i>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!