

# ÉTLAP | 2018.06.04. – 06.08. | 23. hét

## TIZÓRAI

## UZSONNA

Hétfő	06.04.	Cukros kifli 100gr, kakaó 2dl,	paprikás szalámi 20 gr, margarin 10gr, zsömle55 gr,
		<i>kcal:414,16   feh:15,23gr   CH:51,68gr   zsír:16,29gr   só: 1,2gr</i> <i>Allergén: glutén, tej</i>	<i>kcal:316,6   feh:9,09gr   CH:30,88gr   zsír:16,66gr   só:1,3gr</i> <i>Allergén: glutén,</i>
kedd	06.05.	Sajtkrém 15gr, sajtos stangli, 54 gr, uborka, 10 gr. gyümölcslé 2dl	vajas lekváros 20gr, szendvics kifli 50gr.
		<i>kcal:396,05   feh:5,3gr   CH:52,69gr   zsír:17,63 gr  só: 0,46 gr</i> <i>Allergén: glutén, tej</i>	<i>kcal:318,95   feh:6,59gr   CH:33,02gr   zsír:17,71 gr   só:0,6gr</i> <i>Allergén: glutén, laktóz</i>
szerda	06.06.	Rákóczi szalámi 20gr, vágott zsömle 54gr, paradicsom 10gr, gyümölcszörp 2dl	kocka sajt, vajas kifli.
		<i>kcal:279,17   feh: 12,21gr   CH:33,72gr   zsír:10,21 gr  só: 0,9 gr</i> <i>Allergén: glutén</i>	<i>kcal:318,95   feh:6,59gr   CH:33,02gr   zsír:17,71 gr   só:0,6gr</i> <i>Allergén: glutén, laktóz</i>
csütörtök	06.07.	Sonka 20 gr, sajt 10gr, margarin 5gr, korpás zsemle, 54gr, limonádé 2dl	kakaós csiga 45gr
		<i>kcal:243,35   feh: 12,84gr   CH:25,4gr   zsír: 10,37gr   só: 1,5gr</i> <i>Allergén: glutén, tej</i>	<i>kcal:261,6   feh:4,08gr   CH:40,96gr   zsír.8,24 gr   só: 0,21gr</i> <i>Allergén: glutén, tej,</i>
péntek	06.08.	Hot-dog, csipkebogyó tea 2dl	sajtos perec 68gr
		<i>kcal:285,87   feh:9,84gr   CH:37,6gr   zsír:10,26gr   só:1,08gr</i> <i>Allergén: glutén</i>	<i>kcal:266,11   feh:9,24 gr   CH:35,64gr   zsír:8,88 gr   só: 0.3gr</i> <i>Allergén: glutén, laktóz</i>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!