

ÉTLAP

2017. SZEPTEMBER 4-8.

II. Rákóczi Ferenc Gimnázium

	EBÉD	
HÉTFŐ	Pulyka raguleves teljes kiőrlésű kenyér Mákos metélt	
	En: 3806 kJ / 909 kCal	Zsír g: 30,3
	T. Zsír g: 10,8	Szh. g: 120,7
	Cukor g: 0	Fehérje g: 33,5
	Só g: 3	Allergén: 1,3,7,9
KEDD	Köményes tojásleves Főtt, füstölt sertés hús lencsefőzelék	
	En: 3306 kJ / 790 kCal	Zsír g: 29,5
	T. Zsír g: 4,1	Szh. g: 77,9
	Cukor g: 7,7	Fehérje g: 51,8
	Só g: 2,4	Allergén: 1,3,7,9,10
SZERDA	Tárkonyos zöldségleves Fűszeres, zöldséges csirkemell zelleres burgonyapüré, céklasaláta Félbarna kenyér	
	En: 3665 kJ / 875 kCal	Zsír g: 15,2
	T. Zsír g: 3,6	Szh. g: 134,3
	Cukor g: 1,2	Fehérje g: 47,1
	Só g: 3,5	Allergén: 1,3,7,9
CSÜTRÖTÖK	Magyaros gombaleves Erdélyi rakott káposzta, telj. kiőrl. kenyér szilva	
	En: 3346 kJ / 799 kCal	Zsír g: 29,2
	T. Zsír g: 3,2	Szh. g: 96,4
	Cukor g: 0	Fehérje g: 31,1
	Só g: 3,8	Allergén: 1,7,9
PÉNTEK	Karottás bulgurleves Pulykahúsos zöldbabos egytál teljes kiőrlésű kenyér	
	En: 3307 kJ / 790 kCal	Zsír g: 18,8
	T. Zsír g: 3,6	Szh. g: 114,6
	Cukor g: 0	Fehérje g: 38,7
	Só g: 2,7	Allergén: 1,7,9

ALLERGÉNEK: 1) GABONÁK, amelyek glutént tartalmaznak 2) RÁKFÉLÉK, és azokból készült termékek 3) TOJÁS és azokból készült termékek 4) HALAK, és abból készült termékek 5) FÖLDIMOGYORÓ, és abból készült termékek 6) SZÓJABAB, és abból készült termékek 7) TEJ, és azokból készült termékek 8) DIÓFÉLÉK, és abból készült termékek 9) ZELLER, és abból készült termékek, 10) MUSTÁR és abból készült termékek, 11) SZEZÁMMAG, és abból készült termékek 12) KÉN-DIOXID és SO₂-ben kifejezett szulfitok 13) CSILLAGFÜRT, és abból készült termékek 14) PUHATESTŰEK, és abból készült termékek

*Jó étvágyat kívánunk!
Az étlapváltoztatás jogát
fenntartjuk!*