

ÉTLAP

2018. JÚNIUS 04. – 08.

<u>Jászapáti felnőtt</u>	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
Ebéd „A”	<p>Daragaluska leves Fasírt Zöldborsófőzelék</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 733 kcal szénhidr.79,8 g fehérje 42,4 g cukor 3 g zsír 14,8 g só 1,6 g telített zsírsav: 6,8 g</p>	<p>Magyaros gombaleves Natúr csirkemell Zöldséges rizs Vegyes vágott</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 744 kcal szénhidr.74,5 g fehérje 37,3 g cukor 2,1 g zsír 30,8 g só 1,8 g telített zsírsav: 0,6 g</p>	<p>Tyúkhúsleves Sertéspörkölt Főtt burgonya Kovászos uborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller</p> <p>energia 703kcal szénhidr.84,7 g fehérje 34,3 g cukor 0,6 g zsír 10,6 g só 3,1 g telített zsírsav: 8,6 g</p>	<p>Scsíleves Sajtos makaróni Alma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 787 kcal szénhidr.104,5 g fehérje 39,6 g cukor 0 g zsír 54,4 g só 1,5 g telített zsírsav: 6,6 g</p>	<p>Paradicsomleves Rántott halfilé Párolt rizs Kovászos uborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, hal, tojások, zeller</p> <p>energia 843 kcal szénhidr.120,5 g fehérje 35,9 g cukor 5,6 g zsír 28 g só 2,5 g telített zsírsav: 0,8 g</p>
Ebéd „B”	<p>Daragaluska leves Öreglebbencs kolbásszal Kovászos uborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 838 kcal szénhidr.86,1 g fehérje 26,3 g cukor 0,6 g zsír 40,3 g só 3,7 g telített zsírsav: 4,8 g</p>	<p>Magyaros gombaleves Tárkonyos sertéstokány Orsó tészta köret</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 781 kcal szénhidr.94 g fehérje 36,8 g cukor 2,7 g zsír 26,8 g só 2 g telített zsírsav: 7,3 g</p>	<p>Tyúkhúsleves Párizsias csirkemell Egresmártás</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 806 kcal szénhidr.94,7 g fehérje 37,6 g cukor 29,7 g zsír 60,5 g só 2,4 g telített zsírsav: 0,9 g</p>	<p>Scsíleves Grízes tészta Gyümölcsvelő Alma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 803 kcal szénhidr.145,8 g fehérje 31,6 g cukor 26 g zsír 30 g só 2,7 g telített zsírsav: 6,5 g</p>	<p>Paradicsomleves Mustáros tarja Hagymás, tört burgonya Kovászos uborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, tojások, zeller</p> <p>energia 842 kcal szénhidr.87,6 g fehérje 27,7 g cukor 5,6 g zsír 64,9 g só 3,7 g telített zsírsav: 0,2 g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Az ételek részletes allergén tartalmával kapcsolatban a +36307684552-es telefonszámon kaphat bővebb információt.

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

ÉTLAP

2018. JÚNIUS 11. – 15.

<u>Jászapáti felnőtt</u>	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
<p>Ebéd „A”</p> <p>Köményleves levesgyönggyel Sült oldalas Kelkáposzta főzelék</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezám, tej, tojások</p> <p>energia 850 kcal szénhidr. 53,8 g fehérje 45,5 g cukor 0,8 g zsír 139,1 g só 2 g telített zsírsav: 37,8 g</p>	<p>Pirított zöldségleves Kukoricás sertéstokány Párolt rizs</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 816 kcal szénhidr. 106,8 g fehérje 30,6 g cukor 0 g zsír 27,6 g só 2,2 g telített zsírsav: 7,2 g</p>	<p>Karfiolleves Pulykás, bulguros, zöldséges egytálétel</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 832 kcal szénhidr. 123,3 g fehérje 44,9 g cukor 0,3 g zsír 30,2 g só 2 g telített zsírsav: 1,5 g</p>	<p>Gulyásleves Mákos tészta Alma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller</p> <p>energia 800 kcal szénhidr. 125,9 g fehérje 38,1 g cukor 9,9 g zsír 25,4 g só 2,4 g telített zsírsav: 5,5 g</p>	<p>Reszelt tésztaleves Sertéspörkölt Sárgaborsó főzelék</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 814 kcal szénhidr. 89,3 g fehérje 50,3 g cukor 0,5 g zsír 26,3 g só 1,9 g telített zsírsav: 8,7 g</p>	
<p>Ebéd „B”</p> <p>Köményleves levesgyönggyel Rántott sertésszelet Rizi-bizi Kovászos uborka</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezám, tej, tojások</p> <p>energia 828 kcal szénhidr. 87 g fehérje 34,6 g cukor 0,9 g zsír 57,2 g só 2,3 g telített zsírsav: 3,4 g</p>	<p>Pirított zöldségleves Sajtos tejföls csirkemell Petrezselymes burgonya</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 721 kcal szénhidr. 77,7 g fehérje 39,5 g cukor 0,3 g zsír 23,8 g só 2,2 g telített zsírsav: 0,5 g</p>	<p>Karfiolleves Kolbászos lecsó Párolt rizs</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, zeller</p> <p>energia 849 kcal szénhidr. 107,8 g fehérje 28,4 g cukor 0 g zsír 53,7 g só 3,7 g telített zsírsav: 9,4 g</p>	<p>Gulyásleves Meggyes lepény</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 781 kcal szénhidr. 125,6 g fehérje 34,6 g cukor 21,8 g zsír 13,2 g só 0,6 g telített zsírsav: 5,1 g</p>	<p>Reszelt tésztaleves Sült csirkecomb Hagymás, tört burgonya Paprikasaláta</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller</p> <p>energia 793 kcal szénhidr. 87,5 g fehérje 40,6 g cukor 5,5 g zsír 16 g só 2,8 g telített zsírsav: 1,7 g</p>	

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Az ételek részletes allergén tartalmával kapcsolatban a +36307684552-es telefonszámon kaphat bővebb információt.

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

2018. JÚNIUS 18. – 22.

<u>Jászapáti felnőtt</u>	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
Ebéd „A”	<p>Zöldborsóleves Csikós sertéstokány Párolt rizs</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller</p> <p>energia 845 kcal szénhidr.102,4 g fehérje 35,2 g cukor 0,5 g zsír 33,7 g só 2,2 g telített zsírsav: 9,6 g</p>	<p>Zabgaluska leves Milánói makaróni, reszelt sajttal</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 726 kcal szénhidr.99,2 g fehérje 38,9 g cukor 0,7 g zsír 17,4 g só 1,2 g telített zsírsav: 5,4 g</p>	<p>Pirított tésztaleves Halfasírt Zöldbabfőzelék</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, hal, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 735 kcal szénhidr.78,4 g fehérje 38,1 g cukor 5,5 g zsír 17,2 g só 2,5 g telített zsírsav: 1,4 g</p>	<p>Sertés raguleves Burgonyás tészta Kovászos uborka Alma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 848 kcal szénhidr.168,7 g fehérje 43,1 g cukor 0,6 g zsír 32,4 g só 4,6 g telített zsírsav: 5,7 g</p>	<p>Kertészleves Paradicsomos húsgombóc</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller</p> <p>energia 790 kcal szénhidr.91,4 g fehérje 30 g cukor 29,7 g zsír 10,5 g só 1,3 g telített zsírsav: 6,9 g</p>
Ebéd „B”	<p>Zöldborsóleves Sült kolbász Burgonyafőzelék</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 810 kcal szénhidr.69 g fehérje 31,5 g cukor 0,5 g zsír 66,9 g só 2 g telített zsírsav: 2,4 g</p>	<p>Zabgaluska leves Székely káposzta</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 795 kcal szénhidr.58,5 g fehérje 34,4 g cukor 12,8 g zsír 23,5 g só 2,2 g telített zsírsav: 8,6 g</p>	<p>Pirított tésztaleves Rántott csirkemell Burgonyapüré Paprikasaláta</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 783 kcal szénhidr.97,5 g fehérje 42 g cukor 5,5 g zsír 52,9 g só 4,4 g telített zsírsav: 1,6 g</p>	<p>Sertés raguleves Tepertős pogácsa Alma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 787 kcal szénhidr.98,8 g fehérje 34,1 g cukor 0 g zsír 26,1 g só 1,8 g telített zsírsav: 5,5 g</p>	<p>Kertészleves Csirkemáj rizottó Uborkasaláta</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller</p> <p>energia 730 kcal szénhidr.87,6 g fehérje 32,2 g cukor 4,5 g zsír 14,9 g só 2,6 g telített zsírsav: 1,6 g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Az ételek részletes allergén tartalmával kapcsolatban a +36307684552-es telefonszámon kaphat bővebb információt.

ÉTLAP

2018. JÚNIUS 25. – 29.

Jászapáti felnőtt	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK
<p>Ebéd „A”</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller</p> <p>energia 774 kcal szénhidr.77,8 g fehérje 34,2 g cukor 0 g zsír 32 g só 2,1 g telített zsírsav: 10,2 g</p>	<p>Pirított zöldségleges Sertésragu jóasszony módra Burgonya köret</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller</p> <p>energia 774 kcal szénhidr.77,8 g fehérje 34,2 g cukor 0 g zsír 32 g só 2,1 g telített zsírsav: 10,2 g</p>	<p>Magyaros burgonyaleves Sertéssült Gyümölcsmártás</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, zeller</p> <p>energia 703 kcal szénhidr.106,2 g fehérje 35,2 g cukor 31,8 g zsír 13,3 g só 1,1 g telített zsírsav: 8,5 g</p>	<p>Alföldi húsleves Lekváros gombóc Alma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 782 kcal szénhidr.151,6 g fehérje 31,3 g cukor 25,3 g zsír 30,7 g só 3,6 g telített zsírsav: 5,5 g</p>	<p>Francia hagymaleves szezámmagos, rántott csirkemell Párolt rizs Uborkasaláta</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, tej, tojások</p> <p>energia 791 kcal szénhidr.116,4 g fehérje 39,9 g cukor 4,2 g zsír 59,6 g só 1,9 g telített zsírsav: 0,8 g</p>	<p>Zöldségleges Sertés aprópecsenye Lencsefőzelék</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 774 kcal szénhidr.70,1 g fehérje 45,1 g cukor 3 g zsír 22,4 g só 1,3 g telített zsírsav: 8,7 g</p>
<p>Ebéd „B”</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 843 kcal szénhidr.115,9 g fehérje 44,4 g cukor 0 g zsír 32,8 g só 2,7 g telített zsírsav: 0,6 g</p>	<p>Pirított zöldségleges Dubarry csirkemell Párolt rizs</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 843 kcal szénhidr.115,9 g fehérje 44,4 g cukor 0 g zsír 32,8 g só 2,7 g telített zsírsav: 0,6 g</p>	<p>Magyaros burgonyaleves Csirkecomb paprikás Szarvacska köret Uborkasaláta</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, zeller</p> <p>energia 779 kcal szénhidr.144,1 g fehérje 52,8 g cukor 4 g zsír 17,8 g só 3,9 g telített zsírsav: 1,9 g</p>	<p>Alföldi húsleves Császármorzsa Gyümölcsvelő Alma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 793 kcal szénhidr.171,4 g fehérje 37,6 g cukor 39 g zsír 25,6 g só 1,9 g telített zsírsav: 5,3 g</p>	<p>Francia hagymaleves Pácolt tarja Petrezselymes burgonya Uborkasaláta</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, tej, tojások</p> <p>energia 738 kcal szénhidr.83,1 g fehérje 26,6 g cukor 4,2 g zsír 63,3 g só 2,5 g telített zsírsav: 0,1 g</p>	<p>Zöldségleges Rakott kelkáposzta</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 772 kcal szénhidr.74,2 g fehérje 30,5 g cukor 0 g zsír 16,2 g só 1,7 g telített zsírsav: 5,3 g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Az ételek részletes allergén tartalmával kapcsolatban a +36307684552-es telefonszámon kaphat bővebb információt.

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!