

	2017.08.14 Hétfő	2017.08.15 Kedd	2017.08.16 Szerda	2017.08.17 Csütörtök	2017.08.18 Péntek
Tízórai	Gépsonka, margarin Rozskenyér TV paprika Tej	Padlizsán krém Graham kenyér Paradicsom Vaníliás tej	Gabonagolyó Tej	Paprikás tojáskrém rozskenyér Eperturmix	Tejben dara Kakaó szórás
	energia: 294 Kcal szénhidrát: 35 g fehérje: 18 g zsír / telített zs.: 9 g / 3,4 g cukor: 0 g só: 1,1 g	energia: 297 Kcal szénhidrát: 46 g fehérje: 11 g zsír / telített zs.: 7 g / 2,2 g cukor: 13 g só: 1,2 g	energia: 291 Kcal szénhidrát: 44 g fehérje: 11 g zsír / telített zs.: 8 g / 3,9 g cukor: 12 g só: 1 g	energia: 355 Kcal szénhidrát: 45 g fehérje: 16 g zsír / telített zs.: 12 g / 3,5 g cukor: 10 g só: 1 g	energia: 327 Kcal szénhidrát: 61 g fehérje: 11 g zsír / telített zs.: 4 g / 2,2 g cukor: 21 g só: 0,3 g
	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: glutén; szója	Allergének: mustár; tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: kéndioxid, szulfít	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: tojás; glutén; tejtermék, laktóz; mustár Feltételezhető: tejtermék, laktóz; kéndioxid, szulfít	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: glutén
Ebéd	Erőleves, levesbetét Paradicsomos káposztafőzelék Sertéssült Szilva	Hideg őszibarack krémleves Corn flakes Majorannás sült csirkecomb Burgonyapüré Vegyes saláta	Zabgaluska leves Rakott cukkini Őszibarack	Sertésragu leves Gránátos kocka Csemege uborka	Zöldborsóleves Tejfölös tepsis hal Rizi bizi
	energia: 470 Kcal szénhidrát: 52 g fehérje: 23 g zsír / telített zs.: 18 g / 4,1 g cukor: 4 g só: 3,4 g	energia: 541 Kcal szénhidrát: 77 g fehérje: 26 g zsír / telített zs.: 13 g / 3,9 g cukor: 6 g só: 0,8 g	energia: 575 Kcal szénhidrát: 70 g fehérje: 18 g zsír / telített zs.: 24 g / 6,7 g cukor: 0 g só: 0,3 g	energia: 521 Kcal szénhidrát: 66 g fehérje: 19 g zsír / telített zs.: 20 g / 4,5 g cukor: 0 g só: 0,2 g	energia: 486 Kcal szénhidrát: 45 g fehérje: 23 g zsír / telített zs.: 23 g / 4,3 g cukor: 0 g só: 1,8 g
	Allergének: zeller; glutén Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: glutén	Allergének: tojás; zeller; glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: zeller; glutén Feltételezhető:	Allergének: zeller; tejtermék, laktóz; hal; tojás Feltételezhető: glutén
Uzsonna	Magyaros vajkrém Magvas, rozsos zsemle Uborka	Margarinos korpás kifli Újhagyma	Müzli szelet Alma	Paradicsomos sajtkrém Szezámagos zsemle	Kockasajt Puffasztott rizs Szilva
	energia: 176 Kcal szénhidrát: 18 g fehérje: 5 g zsír / telített zs.: 9 g / 2,5 g cukor: 0 g só: 0,4 g	energia: 126 Kcal szénhidrát: 17 g fehérje: 5 g zsír / telített zs.: 4 g / 1,1 g cukor: 0 g só: 0,6 g	energia: 108 Kcal szénhidrát: 18 g fehérje: 2 g zsír / telített zs.: 3 g / 1,2 g cukor: 4 g só: 0,1 g	energia: 287 Kcal szénhidrát: 25 g fehérje: 13 g zsír / telített zs.: 15 g / 6,9 g cukor: 0 g só: 1,6 g	energia: 221 Kcal szénhidrát: 38 g fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 4 g / 2,1 g cukor: 1 g só: 0,3 g
	Allergének: glutén; szezám; tejtermék, laktóz Feltételezhető: tejtermék, laktóz; szója	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: tejtermék, laktóz	Allergének: szója; glutén; kéndioxid, szulfít; tejtermék, laktóz Feltételezhető: szezám; földimogyoró; diófélék	Allergének: tejtermék, laktóz; szezám; tojás; glutén Feltételezhető: glutén	Allergének: tejtermék, laktóz Feltételezhető: glutén

A főzőkonyha indokolt esetben az étlaptól történő eltérés jogát fenntartja!

**Angyal Attila
Élelmezésvezető**

**Tóth Babett
Dietetikus**

Szécsényi Agro-Help Nonprofit Kft.

3170 Szécsény, Rákóczi út 90/B

ÉTLAP

Szünidei gyermekétkeztetés

	2017.08.14 Hétfő	2017.08.15 Kedd	2017.08.16 Szerda	2017.08.17 Csütörtök	2017.08.18 Péntek
Ebéd	Erőleves, levesbetét Paradicsomos káposztafőzelék Sertéssült Szilva	Hideg őszibarack krémleves Corn flakes Majorannás sült csirkecomb Burgonyapüré Vegyes saláta	Zabgaluska leves Rakott cukkini Őszibarack	Sertésragu leves Gránátos kocka Csemege uborka	Zöldborsóleves Tejfölös tepsis hal Rizi bizi
	energia: 470 Kcal fehérje: 23 g zsír / telített zs.: 18 g / 4,1 g szénhidrát: 52 g cukor: 4 g só: 3,4 g	energia: 541 Kcal fehérje: 26 g zsír / telített zs.: 13 g / 3,9 g szénhidrát: 77 g cukor: 6 g só: 0,8 g	energia: 575 Kcal fehérje: 18 g zsír / telített zs.: 24 g / 6,7 g szénhidrát: 70 g cukor: 0 g só: 0,3 g	energia: 521 Kcal fehérje: 19 g zsír / telített zs.: 20 g / 4,5 g szénhidrát: 66 g cukor: 0 g só: 0,2 g	energia: 486 Kcal fehérje: 23 g zsír / telített zs.: 23 g / 4,3 g szénhidrát: 45 g cukor: 0 g só: 1,8 g
	Allergének: zeller; glutén Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: glutén	Allergének: tojás; zeller; glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: zeller; glutén Feltételezhető:	Allergének: zeller; tejtermék, laktóz; hal; tojás Feltételezhető: glutén

A főzőkonyha indokolt esetben az étlaptól történő eltérés jogát fenntartja!

Angyal Attila
Élelmezésvezető

Tóth Babett
Dietetikus

Szécsényi Agro-Help Nonprofit Kft.

3170 Szécsény, Rákóczi út 90/B

ÉTLAP

Felnőtt

	2017.08.14 Hétfő	2017.08.15 Kedd	2017.08.16 Szerda	2017.08.17 Csütörtök	2017.08.18 Péntek
Ebéd	Erőleves Levesbetét Paradicsomos káposztafőzelék Sertéssült Szilva	Hideg Őszibarack krémleves Corn flakes Majorannás sült csirkecomb Burgonyapüré Vegyes saláta	Zabgaluska leves Rakott cukkini	Sertésragu leves Gránátos kocka Csemege uborka	Zöldborsóleves Tejfölös tepsis hal Rizi bizi
	energia: 644 Kcal szénhidrát: 72 g fehérje: 31 g cukor: 8 g zsír / telített zs.: 25 g / 5,4 g só: 6,2 g	energia: 919 Kcal szénhidrát: 129 g fehérje: 43 g cukor: 12 g zsír / telített zs.: 24 g / 6,8 g só: 3,1 g	energia: 848 Kcal szénhidrát: 97 g fehérje: 28 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 38 g / 10,4 g só: 0,9 g	energia: 828 Kcal szénhidrát: 107 g fehérje: 29 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 30 g / 6,9 g só: 2,1 g	energia: 770 Kcal szénhidrát: 70 g fehérje: 37 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 37 g / 7 g só: 4,4 g
	Allergének: glutén; zeller Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: glutén	Allergének: glutén; tojás; zeller; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén; zeller Feltételezhető:	Allergének: tejtermék, laktóz; tojás; glutén; zeller; hal Feltételezhető: glutén

A főzőkonyha indokolt esetben az étlaptól történő eltérés jogát fenntartja!

Angyal Attila
Élelmezésvezető

Tóth Babett
Dietetikus