

Jókai Mór Református Ált. Iskola - Miskolc										Étlap										Repeta Win Szoftver										24.hét																				
ÁLT.I.(7-10)-A										2025.06.09 - 2025.06.13																																								
HÉTFŐ										KEDD										SZERDA										CSÜTÖRTÖK										PÉNTEK										
T	<u>Allergének</u>										Tea gyümölcsös Túrókrém - pritaminpaprikás(2) Kenyér-teljes kiörlésű(1)										Tej(2) Parizsikrem(2-8-10) Delma - vitaminozott(2) Korpás zsemle(1)										Tejeskávé (7-2) Sajtos perec(1-2-3)										Tej(2) Főtt tojás(3) Delma - joghurtos(2) Kenyér-teljes kiörlésű(1)									
											<u>Allergének</u> TEJ(2)GLUTÉN(1)										<u>Allergének</u> TEJ(2)GLUTÉN(1)SZÓJA(8)MUSTÁR(10)										<u>Allergének</u> TEJ(2)GLUTÉN(1)TOJÁS(3)MOGYORÓ(7)										<u>Allergének</u> TEJ(2)GLUTÉN(1)TOJÁS(3)									
											Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 286 12 3 50 0,1 1 10										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 257 11 12 28 0,1 4 0										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 1211208 97 24 18 86 15										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 399 21 12 50 0,0 3 0									
E	<u>Allergének</u>										Libaleves(4-11-2-3) Tökfőzelék(2-1) Aprósült(1-2-3-4-10) Kenyér - főzelékhez(1)										Palócleves(1-2-3-4-10-11) Mákosészta(1-2-3) Alma										Fokhagymakrémleves(1-2-3-4-10) Levesgyöngy(1-2-3) Szárnyasragu Vörösbabos paradicsomos bulgur(1)										Gulyásleves(4-11-2-3-10) Tejbedara(2-1) Kakaószórás Kenyér-húsos leveshez(1)									
											TEJ(2)GLUTÉN(1)TOJÁS(3)ZELLER(4)MUSTÁR(10)SO2-Szulfit(11)										TEJ(2)GLUTÉN(1)TOJÁS(3)ZELLER(4)MUSTÁR(10)SO2-Szulfit(11)										TEJ(2)GLUTÉN(1)TOJÁS(3)ZELLER(4)MUSTÁR(10)										TEJ(2)GLUTÉN(1)TOJÁS(3)ZELLER(4)MUSTÁR(10)SO2-Szulfit(11)									
											Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 668 38 28 67 0,8 8 5										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 1022 35 40 125 2,8 10 31										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 901 39 31 111 0,1 8 0										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 1060 43 22 168 0,6 8 55									
U	<u>Allergének</u>										Rozsoskenyér(1) Delma - joghurtos(2) Paradicsom										Rozsoskenyér(1) Sárgabarack lekvár Flóra margarin(2)										Rozsoskenyér(1) Trappistasajt-szeletelt(2) Delma - vitaminozott(2)										Pizzásrúd(1-2-8) Alma									
											TEJ(2)GLUTÉN(1)										TEJ(2)GLUTÉN(1)										TEJ(2)GLUTÉN(1)										TEJ(2)GLUTÉN(1)SZÓJA(8)									
											Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 165 4 4 29 0,0 0 0										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 246 4 4 52 0,0 1 0										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 236 10 9 29 0,0 4 0										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 278 12 7 63 0,0 0 0									

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket !

A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk !