

Jókai Mór Református Ált. Iskola - Miskolc														Étlap														Repeta Win Szoftver														28.hét																												
FELNÖTT 19-69-F														2025.07.07 - 2025.07.11																																																								
HÉTFŐ														KEDD														SZERDA														CSÜTÖRTÖK														PÉNTEK														
T																																																																						
	<u>Allergének</u>														<u>Allergének</u>														<u>Allergének</u>														<u>Allergének</u>														<u>Allergének</u>													
g																																																																						
E	Karfiolleves tejfölös(1-2-3-4-10) Húsos paprikás burgonya(11-2-3-4-10) Csemege uborka Kenyér - főzelékhez(1)														Fehérbableves(4-1-2-3-10) Rántott sajt(2) Petrezselymes rizs Majonéz(3-10)														Lebbencsleves(1-3-4-11) Vadas pulykatokany(1-4) Tésztaköret(1-3)														Csontleves(4-11-2-3-10) Kelkáposzta főzelék(11-2-3-4-10) Borsos tokány(1) Kenyér - főzelékhez(1)														Káposztásvirsli leves(2-8-10-11-3-4) Rizsfelfújt(3-1-2-4-10) Kenyér-húsos leveshez(1) Áfonyalekvár													
	<u>Allergének</u> TEJ(2)GLUTÉN(1)TOJÁS(3)ZELLER(4)MUSTÁR(10)SO2-Szulfít(11)														<u>Allergének</u> TEJ(2)GLUTÉN(1)TOJÁS(3)ZELLER(4)MUSTÁR(10)														<u>Allergének</u> GLUTÉN(1)TOJÁS(3)ZELLER(4)MUSTÁR(10)SO2-Szulfít(11)														<u>Allergének</u> TEJ(2)GLUTÉN(1)TOJÁS(3)ZELLER(4)MUSTÁR(10)SO2-Szulfít(11)														<u>Allergének</u> TEJ(2)GLUTÉN(1)SZÓJA(8)TOJÁS(3)ZELLER(4)MUSTÁR(10)SO2-Szulfít(11)													
g	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk																																			
	892	36	33	104	0,8	7	0	1085	41	59	90	0,1	8	3	943	37	39	103	1,1	7	3	891	41	30	107	1,2	5	0	1371	46	45	175	0,7	19	22																																			
u																																																																						
	<u>Allergének</u>														<u>Allergének</u>														<u>Allergének</u>														<u>Allergének</u>														<u>Allergének</u>													
g																																																																						

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket !
A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk !

* T.Zs = Telített zsírsav

* jelölt étel édesítőt tartalmaz

Élelmezésvezető:.....

.....

.....