



Hungast Vital Kft.  
5104 Aquincumi Étterem

**Étlap**  
2018. 25. hét  
2018.06.18.-2018.06.24.

Korcsobórt. 4-6 éves

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>ízórai</b>	Gabonapehely teljeskiőrlésű Tej 1,5 %  En: 711 kJ ( 170 kCal) Zsír: 3,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 27,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,1 g Só: 0,2 g Allergének:1,7	Delma light margarin 20% Félbarna kenyér Főtt tojás Tea vadcsereznye  En: 863 kJ ( 206 kCal) Zsír: 5,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,4 g Cukor: 4,6 g Feh: 6,8 g Só: 0,8 g Allergének:1,3	Csirkemell sonka Delma light margarin 20% Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsom Tea almás fahéjas  En: 813 kJ ( 194 kCal) Zsír: 3,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,9 g Cukor: 4,6 g Feh: 8,1 g Só: 1,2 g Allergének:1,6,7	Briós Kakaó házi  En: 1418 kJ ( 339 kCal) Zsír: 8,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 50,8 g Cukor: 1,7 g Feh: 13,7 g Só: 0,7 g Allergének:1,7	Tavaszi felvágott Delma light margarin 20% Teljes kiőrlésű kenyér Kaliforniai paprika Tea zöld friss citrom  En: 884 kJ ( 211 kCal) Zsír: 5,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,9 g Cukor: 4,6 g Feh: 6,5 g Só: 1,2 g Allergének:1,6,7
<b>béd</b>	Zellerkrémleves Píritott kenyér kocka Sertés ragu jóasszony módra Párolt rizs (előgőzölt) Uborka saláta  En: 2125 kJ ( 508 kCal) Zsír: 13,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 72,9 g Cukor: 2,7 g Feh: 20,9 g Só: 0,6 g Allergének:1,7,9	Zöldbabfőzelék Tarhonyaleves Fasírtgolyó baromfi Teljeskiőrlésű kenyér ebédre  En: 2427 kJ ( 580 kCal) Zsír: 27,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 66,8 g Cukor: 3,4 g Feh: 19,2 g Só: 2,4 g Allergének:1,3,6,7,9,10,11,12	Zöldségleves eperlevéllel Panírozott halrúd Mongol saláta Párolt rizs (előgőzölt) Félbarna kenyér ebédre  En: 2261 kJ ( 540 kCal) Zsír: 8,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 94,5 g Cukor: 1,9 g Feh: 18,3 g Só: 0,6 g Allergének:1,3,4,9,10	Szilvás gombóc Fahéjas barnacukor Babgulyás sertéshússal  En: 2368 kJ ( 566 kCal) Zsír: 6,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 99,6 g Cukor: 5,4 g Feh: 22,0 g Só: 0,5 g Allergének:1,3,9	Fahéjas almaleves (k) Bazsalikomos csirkeragu Tört burgonya Vitaminsaláta  En: 2368 kJ ( 565 kCal) Zsír: 18,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 78,7 g Cukor: 20,5 g Feh: 21,7 g Só: 0,2 g Allergének:7,12
<b>zsonna</b>	Vaj Csemege szalámi Rozsos kenyér  En: 1031 kJ ( 246 kCal) Zsír: 12,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 26,9 g Cukor: 2,8 g Feh: 6,1 g Só: 1,1 g Allergének:1,7	Trappista sajt 40% Delma light margarin 20% Zsemle kísékezés Kígyóuborka  En: 1135 kJ ( 271 kCal) Zsír: 9,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 32,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 12,8 g Só: 1,2 g Allergének:1,6,7	Joghurt gyümölcsös kísékezés Kifli kísékezés  En: 987 kJ ( 236 kCal) Zsír: 3,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,6 g Cukor: 0,0 g Feh: 7,3 g Só: 0,8 g Allergének:1,6,7	Teljes kiőrlésű kenyér Sajtkrém snidlinges TV paprika  En: 961 kJ ( 230 kCal) Zsír: 8,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 26,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 9,4 g Só: 1,0 g Allergének:1,7	Zabpehelykeksz Alma  En: 851 kJ ( 203 kCal) Zsír: 10,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 23,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 4,4 g Só: 0,1 g Allergének:1,3,5,6,7,8

Jó étvágyat kívánunk!

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

Dietetikus: Rácz Mónika  
Konyha vezető: Gáspár Józsefné  
Telefonszám 240-77-46

Allergének: 1.-Gabonák, amelyek glutént tartalmaznak, 2.-Rákok és abból készült termékek, 3.-Tojás és abból készült termékek, 4.-Halak és azokból készült termékek, 5.-Földimogyoró és abból készült termékek, 6.-Szójabab és abból készült termékek, 7.-Tej- és tejttermékek, beleértve a laktózt, 8.-Diók, mogyorók és azokból készült termékek, 9.-Zeller és abból készült termékek, 10.-Mustár és abból készült termékek, 11.-szezám és abból készült termékek, 12.-Kén-dioxid és szulfátok -10mg/kg konc. esetén, 13.-Csillagfűrt és abból készült termékek, 14.-Puhatestűek és abból készült termékek