


Heti étlap 2018.10.15. - 2018.10.19.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 TS GASTRO KFT.	REGGELI Kiskőrös kollégium	Epres csipkebogyó tea Natúr vajkrém(*7) Graham kenyér(*1) Uborka			Tejeskávét(*7) Márványos kalács(*1,3,7)			Gyümölcsle Hot-dog(*1,6,7) Ketchup(*1,9)			Tej(*7) Mogyorókrém(*1,5,6,7,8) Korpás kifli(*1)			Vadmeggyes tea Magyaros vajkrém(*7) Teljeskiörlesű kenyér(*1) Salátalevél Nápolyi		
		Energia: 558,21 Kcal / 2 333,32 KJ			Energia: 516,35 Kcal / 2 158,34 KJ			Energia: 556,93 Kcal / 2 327,97 KJ			Energia: 534,06 Kcal / 2 232,37 KJ			Energia: 813,86 Kcal / 3 401,93 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		13,65 g	17,27 g	7,73 g	17,95 g	12,16 g	5,50 g	23,15 g	24,68 g	9,19 g	21,13 g	14,59 g	2,38 g	16,31 g	33,92 g	13,33 g
	Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
	86,28 g 19,99 g 2,08 g			83,17 g 23,57 g 1,16 g			59,72 g 4,20 g 4,47 g			78,91 g 14,40 g 1,45 g			109,92 g 34,98 g 1,51 g			
	EBÉD Kiskőrös kollégium															
		Meggyes almaleves(*1,7) Kukoricás csirkeragu(*1) Orsótészta(*1,3)			Csontleves cérnamentéltel(*1,3,9) Színes borsos mustáros flekken(*1,7,10,12) Hasábburgonya			Zellerkrémleves(*1,7,9) Pírtott kenyérkocka(*1) Pusztapörkölt Félbarna kenyér(*1) Vitaminaláta			Reszeltészta leves(*1,3,9) Rakott karfiol(*1,7) Félbarna kenyér(*1)			Magyaros raguleves(*1,9) Gyümölcsrizs(*7) Félbarna kenyér(*1)		
		Energia: 754,46 Kcal / 3 153,64 KJ			Energia: 775,26 Kcal / 3 240,59 KJ			Energia: 1 069,42 Kcal / 4 470,18 KJ			Energia: 862,94 Kcal / 3 607,09 KJ			Energia: 857,55 Kcal / 3 584,56 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
	35,82 g	21,54 g	3,44 g	29,92 g	29,90 g	6,38 g	35,95 g	46,55 g	12,04 g	37,36 g	37,03 g	10,35 g	34,35 g	21,75 g	7,47 g	
	Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			
102,59 g 12,99 g 2,83 g			95,81 g 0,04 g 7,50 g			123,66 g 8,01 g 7,34 g			96,42 g 0,01 g 6,65 g			129,57 g 17,80 g 4,15 g				
VACSORA Kiskőrös kollégium																
	Kakaós csiga(*1,3,7) Alma Tej(*7)			Debreceni tokány(*1,6) Kagylótészta(*1,3) Gyümölcsle			Diákcsemege Margarin(*7) Félbarna kenyér(*1) Paprika Tea			Sertéspörkölt Burgonyafőzelék(*1,7) Félbarna kenyér(*1) Tea						
	Energia: 556,59 Kcal / 2 326,55 KJ			Energia: 813,31 Kcal / 3 399,64 KJ			Energia: 570,41 Kcal / 2 384,31 KJ			Energia: 1 026,31 Kcal / 4 289,98 KJ						
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv				
15,44 g	27,87 g	10,10 g	31,66 g	44,64 g	11,93 g	14,69 g	19,13 g	5,16 g	35,37 g	43,98 g	12,03 g					
Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só							
59,79 g 11,80 g 1,09 g			70,06 g 0,00 g 2,77 g			84,09 g 19,99 g 3,07 g			119,99 g 19,99 g 2,82 g							

*Allergének jelölése

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük

Kód	Allergén	Kód	Allergén
1	glutén	9	zeller
2	rák	10	mustár
3	tojás	11	szezám
4	hal	12	kéndioxid-szulfid
5	földimogyoró	13	csillagfürt
6	szója	14	puhatestűek
7	tejtermék, laktóz	15	mesterséges édesítőszer
8	diófélék	16	édesgyökér

Minőségbiztosítás
+36706148484
minosegbiztositas@tsgastro.hu

A tápértékek Quadro Byte Élelmezési program számításai alapján.