

Az étkezés feltétele az étkezési jegy átvétele a befizetés napján!

Változást, hiányzást az alábbi elérhetőségen lehet jelezni, reggel 8 óra 30 percig!

E-mail cím: etkezes.gimikolesz@gmail.com.

Az előzetesen bejelentett hiányzást csak az utólag leadott menzajegy ellenében tudjuk jóváírni.
Felhívjuk a szülők és a tanulók figyelmét arra, hogy az otthon felejtett, elveszett, megrongálódott menzajegyeket nem áll módunkban pótolni.

Bakos és Társai Bt.
 Kecskemét
 Aradi vértanúk tere 9/b.
 Tel.: 76/ 504 - 201

37. hét
 2019.09.09-09.13.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																																																												
Ebéd A	Mediterrán zöldségleves *1,3,9 <i>(burgonya, kelkáposzta, sárgarépa, petrezselyemgyökér, zeller, karalábé, pritamin paprika kocka, tészta)</i> Csöbentsült bolognai penne *1,3,7 <i>(durum penne, sertéscomb, tejföl 12%-os, tojás, trappista sajt, paradicsompüré, ketchup, fűszerek)</i> Szilva	Lebbencsleves *1,3,9 <i>(vegyes zöldség, burgonya, lebbencs tészta)</i> Főtt tojás *3 Sóska főzelék főtt burgonyával *1,7 Csokoládés müzli szelet *1,5,6,7,8,11,12 Teljeskiőrlésű kenyér *1	Karfiolkrém leves pirított tökmaggal *1,3,7,9 Rántott pangasius halfilé *1,3,4 Sokzöldséges rizs <i>(kukorica, zöldborsó, pritamin paprika, sárgarépa, csiperke gomba)</i>	Zöldséges árpagyöngyleves *1,9 Rakott savanyúkáposzta *3,7 <i>(savanyúkáposzta, sertéscomb, tejföl 12 %-os, rizs, tojás, füstölt szalonna, fűszerpaprika)</i> Teljeskiőrlésű kenyér *1 Körte	Gyümölcsleves *1,3,7 Lecsós sertéscomb tokány *1 Párolt bulgur *1 Uborkasaláta																																																												
	<table border="0"> <tr> <td>energia:</td> <td>fehérje:</td> <td>zsír / telített zs.:</td> <td>energia:</td> <td>fehérje:</td> <td>zsír / telített zs.:</td> <td>energia:</td> <td>fehérje:</td> <td>zsír / telített zs.:</td> <td>energia:</td> <td>fehérje:</td> <td>zsír / telített zs.:</td> <td>energia:</td> <td>fehérje:</td> <td>zsír / telített zs.:</td> </tr> <tr> <td>717 Kcal</td> <td>35 g</td> <td>24 g / 7,9 g</td> <td>717 Kcal</td> <td>27 g</td> <td>23 g / 6,5 g</td> <td>746 Kcal</td> <td>36 g</td> <td>31 g / 5,6 g</td> <td>715 Kcal</td> <td>28 g</td> <td>30 g / 8,7 g</td> <td>704 Kcal</td> <td>28 g</td> <td>21 g / 4,7 g</td> </tr> <tr> <td>szénhidrát:</td> <td>cukor:</td> <td>só:</td> <td>szénhidrát:</td> <td>cukor:</td> <td>só:</td> <td>szénhidrát:</td> <td>cukor:</td> <td>só:</td> <td>szénhidrát:</td> <td>cukor:</td> <td>só:</td> <td>szénhidrát:</td> <td>cukor:</td> <td>só:</td> </tr> <tr> <td>87 g</td> <td>5 g</td> <td>2,5 g</td> <td>97 g</td> <td>20 g</td> <td>2,3 g</td> <td>79 g</td> <td>0 g</td> <td>2,5 g</td> <td>83 g</td> <td>0 g</td> <td>3,8 g</td> <td>103 g</td> <td>25 g</td> <td>2,2 g</td> </tr> </table>	energia:	fehérje:	zsír / telített zs.:	energia:	fehérje:	zsír / telített zs.:	energia:	fehérje:	zsír / telített zs.:	energia:	fehérje:	zsír / telített zs.:	energia:	fehérje:	zsír / telített zs.:	717 Kcal	35 g	24 g / 7,9 g	717 Kcal	27 g	23 g / 6,5 g	746 Kcal	36 g	31 g / 5,6 g	715 Kcal	28 g	30 g / 8,7 g	704 Kcal	28 g	21 g / 4,7 g	szénhidrát:	cukor:	só:	szénhidrát:	cukor:	só:	szénhidrát:	cukor:	só:	szénhidrát:	cukor:	só:	szénhidrát:	cukor:	só:	87 g	5 g	2,5 g	97 g	20 g	2,3 g	79 g	0 g	2,5 g	83 g	0 g	3,8 g	103 g	25 g	2,2 g				
energia:	fehérje:	zsír / telített zs.:	energia:	fehérje:	zsír / telített zs.:	energia:	fehérje:	zsír / telített zs.:	energia:	fehérje:	zsír / telített zs.:	energia:	fehérje:	zsír / telített zs.:																																																			
717 Kcal	35 g	24 g / 7,9 g	717 Kcal	27 g	23 g / 6,5 g	746 Kcal	36 g	31 g / 5,6 g	715 Kcal	28 g	30 g / 8,7 g	704 Kcal	28 g	21 g / 4,7 g																																																			
szénhidrát:	cukor:	só:	szénhidrát:	cukor:	só:	szénhidrát:	cukor:	só:	szénhidrát:	cukor:	só:	szénhidrát:	cukor:	só:																																																			
87 g	5 g	2,5 g	97 g	20 g	2,3 g	79 g	0 g	2,5 g	83 g	0 g	3,8 g	103 g	25 g	2,2 g																																																			

Esetleges beszerzési nehézségek miatt az étrend változhat! Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

Az ételek allergén tartalmának jelölése az étlapon * számmal történik. 1: glutén, 2: rákfélék, 3: tojás, 4: hal, 5: földimogyoró, 6: szójabab, 7: tej, 8: diófélék, 9: zeller, 10: mustár, 11: szezám, 12: kén-dioxid, 13: csillagfürt, 14: puhatestűek

Jó étvágyat kívánunk!

Bakos Tamás
 Bt. Vezető

Farkas Krisztián
 Szakács

Kiss Jánosné
 Konyhafőnök