

**ÁLT. I ALSÓS- A**

**É T L A P**

2018.05.14 - 2018.05.18 **20.hét**

Készült: "Repeta Win" szoftver-rel



**H É T F Ő**

**K E D D**

**S Z E R D A**

**C S Ü T Ö R T Ö K**

**P É N T E K**

T	GYÜMÖLCS JOGHURT(2) PARIZER (2-8-10) RETEK MAGVAS TÖNKÖLYÖS KOCKA(1-5)	CSOKIS TEJ(2) FONOTT KISMÁKOS(1-2)	ISKOLATEJ(2) SONKA-SZENDVICS (2-8-10) DELMA - JOGHURTOS(2) KENYÉR-KORPÁS (1-8) PARADICSOM	KEFIR(2) PEPITA FELVÁGOTT(8) DELMA - VITAMINOZOTT(2) KORPÁS ZSEMLE(1-2)	TEA FŐTT VIRSLI(2-8-10) MUSTÁR VÁGOTT KIFLI(1-2)
	<u>Allergének</u>  TEJ(2) GLUTÉN(1) SZÓJA(8) SZEZÁMMAG(5) MUSTÁR(10)	<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) SZÓJA(8)	<u>Allergének</u>  TEJ(2) GLUTÉN(1) SZÓJA(8) MUSTÁR(10)
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 278 17 15 37 0,9 4 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 384 11 10 55 0,3 3 22	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 334 17 11 38 1,4 1 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 299 13 16 26 1,6 6 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 401 19 22 29 2,1 4 10
E	LIBALEVES (4-1-3) VAGDALT POGÁCSA(1-2-3) BABFŐZELÉK(1-2) KENYÉR SPEC. (1-8)	KÖMÉNYMAGLEVES (1-2-3-4-10) GYROS(2) HASABBURGONYA SALÁTA FRISS - ÖNTETTEL(2)	GOMBALEVES (1-2-3-4-10) HÚSGOMBÓC(3) PARADICSOMMARTAS(1-4) FŐTT BURGONYA KENYÉR SPEC. (1-8)	ZELLERKRÉMLEVES (4-2-1) SÜLT CSIRKECOMB-KETCHUPOS BULGUR(1)	GULYÁSLEVES(4) TEJBEDARA(2-1)
	<u>Allergének</u>  TEJ(2) GLUTÉN(1) SZÓJA(8) TOJÁS(3) ZELLER(4)	<u>Allergének</u>  TEJ(2) GLUTÉN(1) TOJÁS(3) ZELLER(4) MUSTÁR(10)	<u>Allergének</u>  TEJ(2) GLUTÉN(1) SZÓJA(8) TOJÁS(3) ZELLER(4) MUSTÁR(10)	<u>Allergének</u>  TEJ(2) GLUTÉN(1) ZELLER(4)	<u>Allergének</u>  TEJ(2) GLUTÉN(1) ZELLER(4)
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 1055 50 44 110 7,2 11 2	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 1369 39 72 143 8,7 6 2	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 868 36 21 127 7,9 4 12	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 1009 49 41 108 5,4 11 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 638 26 18 88 4,3 5 30
U	ÖKÖRSZEM(1-2-3)	TUROSBATYU(1-3-2)	BRIÓS(1-2-3)	KAKAÓS KIFLI(1-2)	BÚZAKORPÁS DIÁKRÚD(1-2) KOCKASAJT 8 CIKK(2)
	<u>Allergének</u>  TEJ(2) GLUTÉN(1) TOJÁS(3)	<u>Allergének</u>  TEJ(2) GLUTÉN(1) TOJÁS(3)	<u>Allergének</u>  TEJ(2) GLUTÉN(1) TOJÁS(3)	<u>Allergének</u>  TEJ(2) GLUTÉN(1)	<u>Allergének</u>  TEJ(2) GLUTÉN(1)
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 159 5 0 31 0,5 0 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 545 16 22 65 1,6 4 17	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 170 5 4 29 0,8 0 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 170 5 3 30 0,5 0 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 253 11 12 25 1,1 4 0

**Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket !**

*A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk !*

\* T.Zs = Telített zsírsav

**Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk !**

Élelmezésvezető:.....