



HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

	Tonhalkrém (6-2) Kal: 13 F: 0g Zs: 1g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,3g C:0,0g Kenyér-teljes kiörlésű(1) Kal: 21 F: 1g Zs: 0g Szh: 4g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Sonka-szendvics(2-8-10) Kal: 4 F: 1g Zs: 0g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,1g C:0,0g Delma - vitaminozott(2) Kal: 2 F: 0g Zs: 0g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g Kenyér-teljes kiörlésű(1) Kal: 21 F: 1g Zs: 0g Szh: 4g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Kalács kakaós(1-2-3) Kal: 21 F: 1g Zs: 1g Szh: 4g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Parizsikrem(2-8-10) Kal: 24 F: 1g Zs: 2g Szh: 0g So:0,1g Tzs:0,6g C:0,0g Kenyér-teljes kiörlésű(1) Kal: 21 F: 1g Zs: 0g Szh: 4g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Főtt tojás(3) Kal: 68 F: 5g Zs: 5g Szh: 0g So:0,0g Tzs:1,9g C:0,0g Delma - joghurtos(2) Kal: 2 F: 0g Zs: 0g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g Kenyér-teljes kiörlésű(1) Kal: 21 F: 1g Zs: 0g Szh: 4g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 34 1 1 4 0,0 0 0,0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 27 1 1 4 0,0 0 0,0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 21 1 1 4 0,0 0 0,0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 45 2 2 4 0,1 1 0,0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 91 6 5 4 0,0 2 0,0
E	Májgaluskaleves(4-3-11-2-10) Kal:173 F: 6g Zs: 8g Szh:21g So:0,6g Tzs:1,4g C:0,0g Zöldbabfőzelék(1-2-3-4) Kal:206 F: 5g Zs:10g Szh:26g So:0,0g Tzs:3,4g C:5,1g Borsos tokány(1-2-3-4-10) Kal:276 F:18g Zs:19g Szh: 7g So:0,8g Tzs:3,7g C:0,0g Kenyér - főzelékhez(1) Kal: 18 F: 1g Zs: 0g Szh: 3g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Majorannás burgonyaleves(11-2-3-4-10) Kal:259 F: 6g Zs: 8g Szh:37g So:0,3g Tzs:0,8g C:0,0g Csirkepaprikás(2-1-3-4-10) Kal:169 F: 2g Zs:14g Szh: 7g So:0,1g Tzs:3,0g C:0,0g Tésztaköret(3) Kal: 46 F: 1g Zs: 2g Szh: 5g So:0,1g Tzs:0,3g C:0,0g	Libaleves(4-11-2-3-10) Kal:140 F:11g Zs: 7g Szh:10g So:0,0g Tzs:1,7g C:0,0g Csigatészta(1-3) Kal: 78 F: 3g Zs: 1g Szh:15g So:0,0g Tzs:0,1g C:0,0g Rakott karfiol(1-2-3-4-10) Kal:465 F:26g Zs:23g Szh:36g So:0,9g Tzs:6,3g C:0,0g Kenyér-teljes kiörlésű(1) Kal: 21 F: 1g Zs: 0g Szh: 4g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Zöldborsóleves - zöldses(1-2-3-4-10-11) Kal:154 F: 6g Zs: 6g Szh:21g So:0,0g Tzs:0,9g C:0,0g Hentestokány sertéshúsból(1-2-8-10) Kal:269 F:18g Zs:19g Szh: 6g So:0,9g Tzs:5,5g C:0,0g Kuskusz(1) Kal:217 F: 4g Zs: 5g Szh:36g So:0,1g Tzs:0,5g C:0,0g	Tárkonyos csirke raguleves(4-11-3-2) Kal:238 F: 5g Zs:17g Szh:19g So:0,0g Tzs:5,2g C:0,0g Mákos tészta(1-2-3) Kal:622 F:17g Zs:21g Szh:88g So:2,1g Tzs:4,2g C: 31g Alma Kal: 1 F: 0g Zs: 0g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g
	g	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 673 30 0 58 1,4 8 5,1	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 474 9 24 49 0,5 4 0,0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 704 41 31 64 0,9 8 0,0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 639 27 30 63 0,9 7 0,0
U	Pizzás kifli 60g(1-2-3) Kal:135 F: 5g Zs: 1g Szh:31g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g Alma Kal: 1 F: 0g Zs: 0g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Rozsoskenyér(1) Kal:137 F: 4g Zs: 0g Szh:28g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g Kakaókrém-nuttini(1-9) Kal: 6 F: 0g Zs: 0g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,1g C:0,4g	Rozsoskenyér(1) Kal:137 F: 4g Zs: 0g Szh:28g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g Kenőmájás(2-8-10) Kal:117 F: 5g Zs:11g Szh: 0g So:0,4g Tzs:2,7g C:0,0g Uborka friss Kal: 2 F: 0g Zs: 0g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Rozsoskenyér(1) Kal:137 F: 4g Zs: 0g Szh:28g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g Libazsír Kal:230 F: 0g Zs:25g Szh: 0g So:0,0g Tzs:7,3g C:0,0g Lilahagyma Kal: 5 F: 0g Zs: 0g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Baconos kifli(1-2-3) Kal:121 F: 3g Zs: 0g Szh:16g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g
	g	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 136 5 1 31 0,0 0 0,0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 143 4 1 29 0,0 0 0,4	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 256 9 11 28 0,4 3 0,0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 373 4 25 29 0,0 7 0,0

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket !

* T.Zs = Telített zsírsav A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk ! * jelölt étel édesítőt tartalmaz

Glutén (1) ; Tej (2) ; Tojás (3) Zeller (4) Szezám (5) Hal (6) Mogoró (7) Búz (8) Dióféle (9) ; Mustár (10) ; SO2-Szulfid (11) ; Rákféle (12) ; Csillagfűrt (13) ; Puhatestűek (14)

Élelmezésvezető:..... Diétás étkezést igény szerint biztosítunk !