



HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

	Körözött tehétúróból(2) Kal: 36 F: 4g Zs: 2g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,9g C:0,0g Kenyér-teljes kiőrlésű(1) Kal: 21 F: 1g Zs: 0g Szh: 4g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Kenőmáj(2-8-10) Kal:117 F: 5g Zs:11g Szh: 0g So:0,4g Tzs:2,7g C:0,0g Kenyér-teljes kiőrlésű(1) Kal: 21 F: 1g Zs: 0g Szh: 4g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g Paprika tv Kal: 3 F: 0g Zs: 0g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Szalámi(2-8-10) Kal:108 F: 6g Zs:10g Szh: 0g So:0,0g Tzs:4,0g C:0,0g Delma - vitaminozott(2) Kal: 2 F: 0g Zs: 0g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g Magvas tönkölyös zsemle(1-5) Kal:142 F: 5g Zs: 2g Szh:27g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Kakaó(2) Kal:164 F: 8g Zs: 3g Szh:24g So:0,0g Tzs:2,2g C: 16g Kalács kakaós(1-2-3) Kal: 21 F: 1g Zs: 1g Szh: 4g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Abaújtej sajtkrém(2) Kal: 1 F: 0g Zs: 1g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,6g C:0,0g Kenyér-teljes kiőrlésű(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 57 4 2 5 0,0 1 0,0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 141 6 11 4 0,4 3 0,0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 252 11 12 28 0,0 4 0,0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 186 8 4 28 0,0 2 16	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 22 1 1 4 0,0 1 0,0
	Francia túykhúsleves(4-1-3-2-10-11) Kal: 91 F: 5g Zs: 1g Szh:18g So:0,0g Tzs:0,2g C:0,0g Lenecfőzelék(1) Kal:487 F:24g Zs:18g Szh:55g So:0,1g Tzs:5,0g C:3,1g Pulykapörkölt(1-2-3-4-10) Kal:313 F:18g Zs:18g Szh:17g So:0,7g Tzs:2,1g C:0,0g Kenyér - főzelékhez(1) Kal: 18 F: 1g Zs: 0g Szh: 3g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Gombaleves zöldséges(1-2-3-4-10-11) Kal:106 F: 3g Zs: 6g Szh:14g So:0,0g Tzs:0,7g C:0,0g Rántott halszelet(1-3-6) Kal:372 F:19g Zs:16g Szh:33g So:0,8g Tzs:7,3g C:0,0g Párolt rizs Kal:320 F: 5g Zs: 9g Szh:54g So:0,0g Tzs:0,9g C:0,0g Tartarmartas(3-10) Kal: 47 F: 1g Zs: 4g Szh: 2g So:0,0g Tzs:2,1g C:1,0g	Fehérbaleves(4-1-2-3-10) Kal:286 F:15g Zs: 4g Szh:48g So:0,0g Tzs:0,5g C:0,0g Sertéspörkölt(1) Kal:277 F:18g Zs:20g Szh: 6g So:0,9g Tzs:3,7g C:0,0g Tarhonyakoret(1-3) Kal:302 F: 7g Zs:13g Szh:37g So:0,0g Tzs:1,1g C:0,0g Cékla savanyúság Kal: 19 F: 1g Zs: 0g Szh: 4g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Mészárosleves(1-3-11-4-2-10) Kal:139 F: 7g Zs: 7g Szh:13g So:0,2g Tzs:1,3g C:0,0g Zöldborsófőzelék(1-2-3-4) Kal:241 F:11g Zs: 4g Szh:38g So:0,0g Tzs:1,2g C:5,1g Főtt tojás(3) Kal: 68 F: 5g Zs: 5g Szh: 0g So:0,0g Tzs:1,9g C:0,0g Kenyér - főzelékhez(1) Kal: 18 F: 1g Zs: 0g Szh: 3g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Gulyásleves(4-11-2-3-10) Kal:460 F:23g Zs:14g Szh:60g So:0,6g Tzs:2,8g C:0,0g Grízestészta(1-2-3) Kal:586 F:12g Zs:11g Szh:**g So:0,0g Tzs:1,4g C: 34g Áfonyalekvár Kal: 8 F: 0g Zs: 0g Szh: 2g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g Kenyér-húsos leveshez(1) Kal: 15 F: 1g Zs: 0g Szh: 3g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 909 48 0 93 0,8 7 3,1	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 845 28 34 103 0,8 11 1,0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 883 40 37 94 0,9 5 0,0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 465 25 16 54 0,2 4 5,1	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 1069 36 26 169 0,6 4 34
	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	Lenmaggal szórt kifli 44g(1-2-3) Kal:308 F:10g Zs: 3g Szh:58g So:1,3g 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 Mézes margarinkr.(2) Kal: 62 F: 0g Zs: 6g Szh:11g So:0,0g Tzs:1,2g C:2,0g	Pizzásrúd 50 g(1-2-8) Kal:210 F:11g Zs: 7g Szh:48g 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 Vajkrém magyaros(2) Kal: 78 F: 1g Zs: 8g Szh: 0g So:0,0g Tzs:3,9g C:0,0g Uborka friss Kal: 2 F: 0g Zs: 0g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g
g	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 309 10 3 58 1,3 0 0,0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 199 4 6 39 0,0 1 2,0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 211 11 7 48 0,0 0 0,0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 217 5 8 29 0,0 4 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 étkeztetést igény szerint biztosítunk !