



HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

T

g

E

g

u

g

Tarhonyaleves(1-3)

Kal:225 F: 5g Zs: 8g Szh:30g So:0,8g Tzs:0,1g C:0,3g

Bacsikai rizseshus(1-7-3-9-10)

Kal:678 F:30g Zs:27g Szh:81g So:1,6g Tzs:0,0g C:0,3g

Ceklasalata *

Kal: 36 F: 2g Zs: 0g Szh: 7g So:0,3g Tzs:0,0g C:0,0g

Gyümölcsle

Kal:120 F: 0g Zs: 0g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g

Vagdaltszelet sertésből(3-1-7)

Kal:377 F:18g Zs:25g Szh:17g So:2,6g Tzs:2,7g C:0,0g

Franciasalata(3-10-7)

Kal:229 F: 3g Zs:14g Szh:22g So:4,5g Tzs:2,4g C:6,7g

Kenyer fehér(1)

Kal:102 F: 3g Zs: 0g Szh:22g So:0,5g Tzs:0,0g C:0,0g

Banan

Kal:189 F: 2g Zs: 0g Szh:44g So:0,0g Tzs:0,0g C: 44g

Gyümölcsleves(7-1)

Kal:109 F: 1g Zs: 3g Szh:20g So:0,0g Tzs:1,6g C: 14g

Csirkemajporkolt

Kal:291 F:25g Zs:17g Szh: 9g So:0,9g Tzs:1,8g C:0,7g

Főtt burgonya

Kal:275 F: 6g Zs: 5g Szh:47g So:0,7g Tzs:0,0g C:0,0g

Uborkasalata

Kal: 28 F: 1g Zs: 0g Szh: 6g So:0,4g Tzs:0,0g C:5,1g

Kerteszleves(9-1-3)

Kal:145 F: 4g Zs: 5g Szh:18g So:1,0g Tzs:0,0g C:1,8g

Sult csirkecomb

Kal:466 F:63g Zs:22g Szh: 2g So:1,9g Tzs:3,9g C:0,0g

Parolt mexikói vegyeszölds(7)

Kal:280 F:15g Zs: 6g Szh:40g So:0,6g Tzs:2,6g C:0,0g

Főtt rizs

Kal: 33 F: 1g Zs: 0g Szh: 8g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g

Bableves tejfólos(1)

Kal:257 F:14g Zs: 5g Szh:38g So:1,3g Tzs:0,0g C:0,0g

Bukta db

Kal: 0 F: 0g Zs: 0g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g

Kenyer fehér(1)

Kal:102 F: 3g Zs: 0g Szh:22g So:0,5g Tzs:0,0g C:0,0g

Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk
939	36	0	118	2,7	0	0,6

Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk
1017	27	40	104	7,6	5	51

Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk
703	34	24	81	2,1	3	20

Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk
924	83	33	68	3,5	7	1,8

Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk
359	17	5	60	1,8	0	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)Rákféle(2)Tojás(3)Hal(4)Mogyoró(5)Szójabab(6)Tej(7)Dióféle(8)Zeller(9)Mustár(10)Szezám(11)SO2-Szulfid(12)Csillagfűrt(13)Puhatestűek(14)
Élelmezésvezető: *Lehelné Pongó Erika* Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk ! *Csinos Erika*