



HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

T	Tej(7) Kal:140 F: 8g Zs: 7g Szh:12g So:0,3g Tzs:5,0g C:0,0g Briós(1-7-3) Kal:164 F: 4g Zs: 4g Szh:28g So:0,3g Tzs:1,5g C:4,7g							Tea gyümölcsös Kal: 46 F: 0g Zs: 0g Szh:11g So:0,0g Tzs:0,0g C: 11g Vajkrém magyaros(7) Kal: 48 F: 1g Zs: 4g Szh: 2g So:0,2g Tzs:2,8g C:0,0g Kenyér-t.k.(1-7-6) Kal:101 F: 5g Zs: 0g Szh:17g So:0,2g Tzs:0,3g C:0,3g Uborka friss Kal: 3 F: 0g Zs: 0g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g							Zöldtea Kal: 83 F: 0g Zs: 0g Szh:20g So:0,0g Tzs:0,0g C: 20g Tejfölös melegszendvics(1-7-6) Kal:253 F:12g Zs:11g Szh:22g So:0,7g Tzs:8,6g C:0,4g Kenyér-t.k.(1-7-6) Kal:101 F: 5g Zs: 0g Szh:17g So:0,2g Tzs:0,3g C:0,3g Kaliforniai paprika Kal: 6 F: 0g Zs: 0g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g Füstölt sajt(7) Kal:107 F: 8g Zs: 8g Szh: 1g So:0,8g Tzs:5,4g C:0,3g							Tea csipke Kal: 63 F: 0g Zs: 0g Szh:15g So:0,0g Tzs:0,0g C: 15g Tűkörtőjás(3) Kal:130 F: 5g Zs:11g Szh: 0g So:0,0g Tzs:2,6g C:0,0g Kenyér-t.k.(1-7-6) Kal:101 F: 5g Zs: 0g Szh:17g So:0,2g Tzs:0,3g C:0,3g Paradicsom Kal: 7 F: 0g Zs: 0g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g							Vaniliás tej(7) Kal:165 F: 6g Zs: 6g Szh:19g So:0,2g Tzs:4,0g C: 13g Delma - multivitaminos Kal: 53 F: 0g Zs: 6g Szh: 0g So:0,1g Tzs:1,7g C:0,1g Kifli-t.k.(1-6) Kal:139 F: 6g Zs: 1g Szh:31g So:0,8g Tzs:0,1g C:0,7g																											
	g	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	198	6	5	30	0,4	3	12	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	550	25	20	61	1,6	14	21	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	300	11	12	34	0,2	3	16	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	356	12	12	50	1,0	6
E	Tarhonyaleves burgonyával(1-3) Kal:104 F: 2g Zs: 4g Szh:13g So:0,8g Tzs:0,8g C:0,0g Bácskai rizseshús(12) Kal:352 F:17g Zs:12g Szh:41g So:0,9g Tzs:2,4g C:0,2g Cékla savanyúság Kal: 16 F: 1g Zs: 0g Szh: 3g So:0,1g Tzs:0,0g C:0,0g							Gyümöleszlé 100 % 2 dl Kal: 92 F: 0g Zs: 0g Szh:23g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g Vagdalt(3-1-7-9-10) Kal:168 F:11g Zs:11g Szh: 4g So:0,4g Tzs:2,3g C:0,1g Franciasaláta(3-10-7) Kal:235 F: 6g Zs:13g Szh:21g So:1,2g Tzs:3,3g C:4,0g Kenyér-fehér(1) Kal:102 F: 3g Zs: 0g Szh:20g So:0,1g Tzs:0,3g C:1,7g Banán Kal:170 F: 2g Zs: 1g Szh:44g So:0,1g Tzs:0,0g C:0,0g							Gyümölesleves(1-7) Kal:213 F: 2g Zs: 4g Szh:41g So:0,3g Tzs:2,6g C: 11g Magyaros csirkemáj(1) Kal:145 F:13g Zs: 8g Szh: 4g So:0,5g Tzs:1,6g C:0,0g Főtt burgonya Kal:127 F: 2g Zs: 0g Szh:23g So:0,4g Tzs:0,0g C:0,0g Uborkasaláta Kal: 26 F: 1g Zs: 0g Szh: 6g So:0,5g Tzs:0,0g C:4,6g							Kertészleves gazdagon(1-3-7-9-10) Kal:223 F: 6g Zs:11g Szh:24g So:0,5g Tzs:1,1g C:0,0g Sült csirkecomb Kal:265 F:19g Zs:20g Szh: 1g So:1,8g Tzs:2,9g C:0,0g Mexikói párolt zöldség(7) Kal:165 F:10g Zs: 1g Szh:26g So:0,4g Tzs:0,4g C:0,0g Főtt rizs Kal: 37 F: 1g Zs: 0g Szh: 8g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g							Fehérbableves f.hússal(9-1-3) Kal:206 F:12g Zs: 7g Szh:22g So:1,8g Tzs:2,8g C:0,2g Lekvárosbucka(1-3-7) Kal:338 F: 7g Zs: 7g Szh:59g So:0,5g Tzs:1,7g C: 19g Kenyér-fehér(1) Kal:102 F: 3g Zs: 0g Szh:20g So:0,1g Tzs:0,3g C:1,7g																											
	g	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	768	22	25	111	1,9	6	5,8	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	511	18	12	73	1,8	4	16	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	690	36	32	60	2,6	4	0,0	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	646	22	14	102	2,5	5
u	Mustár(10) Kal: 9 F: 1g Zs: 1g Szh: 0g So:0,2g Tzs:0,0g C:0,3g Párizsi - baromfi Kal:104 F: 3g Zs:10g Szh: 1g So:0,4g Tzs:3,8g C:0,0g Zsemle-t.k.(1-6) Kal:151 F: 6g Zs: 1g Szh:31g So:0,8g Tzs:0,1g C:0,7g Paprika tv Kal: 5 F: 0g Zs: 0g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g							Túrókrém tejfölös(7) Kal: 42 F: 4g Zs: 2g Szh: 1g So:0,5g Tzs:1,3g C:0,0g Kifli-t.k.(1-6) Kal:139 F: 6g Zs: 1g Szh:31g So:0,8g Tzs:0,1g C:0,7g							Retek Kal: 3 F: 0g Zs: 0g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g Zsemle vizes(1) Kal:151 F: 5g Zs: 1g Szh:30g So:0,6g Tzs:0,0g C:0,9g Ráma margarin(7) Kal: 59 F: 0g Zs: 6g Szh: 0g So:0,0g Tzs:1,7g C:0,0g							Fatörzs stangli(1-7-3-9) Kal:226 F: 6g Zs: 4g Szh:40g So:0,5g Tzs:0,0g C:0,0g Körte Kal: 94 F: 1g Zs: 0g Szh:22g So:0,0g Tzs:0,0g C: 22g							Zala felvágott Kal: 45 F: 3g Zs: 4g Szh: 1g So:0,4g Tzs:1,4g C:0,0g Sajtkrém - natúr(7) Kal: 17 F: 1g Zs: 1g Szh: 1g So:0,2g Tzs:0,6g C:0,6g Paprika tv Kal: 5 F: 0g Zs: 0g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g Paradicsom Kal: 7 F: 0g Zs: 0g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g Zsemle vizes(1) Kal:151 F: 5g Zs: 1g Szh:30g So:0,6g Tzs:0,0g C:0,9g																											
	g	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	181	9	3	32	1,3	1	0,7	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	212	5	7	31	0,6	2	0,9	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	320	7	4	62	0,5	0	22	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	224	9	5	34	1,1	2

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) Rákfélé(2) Tojás(3) Hal(4) Mogyoró(5) Szójabab(6) Tej(7) Diófélé(8) Zeller(9) Mustár(10) Szezámag(11) SO2-Szulfid(12) Csillagfűrt(13) Puhatestűek(14)

Élelmezésvezető:

Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk !