



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 Sonka-szendvics a.m Kal: 35 F: 4g Zs: 2g Szh: 1g So:0,6g Tzs:0,9g C:0,5g Kenyér-t.k.(1-7-6) Kal:101 F: 5g Zs: 0g Szh:17g So:0,2g Tzs:0,3g C:0,3g Delma - multivitaminos Kal: 53 F: 0g Zs: 6g Szh: 0g So:0,1g Tzs:1,7g C:0,1g Kaliforniai paprika Kal: 6 F: 0g Zs: 0g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Tea gyümölcsös Kal: 46 F: 0g Zs: 0g Szh:11g So:0,0g Tzs:0,0g C: 11g Sajtos sült kifli o(1-6-7-10) Kal:209 F:10g Zs:12g Szh:17g So:1,3g Tzs:5,6g C:0,9g	Ráma margarin(7) Kal: 59 F: 0g Zs: 6g Szh: 0g So:0,0g Tzs:1,7g C:0,0g Tejeskávét(7) Kal:164 F: 7g Zs: 6g Szh:21g So:0,2g Tzs:4,0g C: 10g Főtt tojás(3) Kal: 31 F: 2g Zs: 2g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,8g 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 Paradicsom Kal: 7 F: 0g Zs: 0g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Tej(7) Kal:140 F: 8g Zs: 7g Szh:12g So:0,3g Tzs:5,0g C:0,0g Vajkrém natur(7) Kal: 48 F: 1g Zs: 4g Szh: 2g So:0,2g Tzs:2,8g C:0,0g Kakaós kalács(1-7-3) Kal:147 F: 4g Zs: 3g Szh:27g So:0,3g Tzs:1,0g C:4,6g	Tea - citromos Kal: 63 F: 0g Zs: 0g Szh:15g So:0,0g Tzs:0,0g C: 15g Füstölt sajtkrém(7) Kal:100 F: 3g Zs: 9g Szh: 0g So:0,3g Tzs:3,8g C:0,1g Kenyér-t.k.(1-7-6) Kal:101 F: 5g Zs: 0g Szh:17g So:0,2g Tzs:0,3g C:0,3g Paprika tv Kal: 5 F: 0g Zs: 0g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g
	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 335 17 15 31 1,1 8 0,9	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 255 10 12 28 1,3 6 12	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 361 14 15 39 0,4 7 10	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 334 12 14 40 0,7 9 4,6	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 269 9 10 33 0,5 4 16
E	Csontleves(1-7-3-9-10) Kal:248 F: 6g Zs:12g Szh:28g So:0,5g Tzs:1,8g C:0,0g Sertéspörkölt(12) Kal:203 F:16g Zs:13g Szh: 4g So:0,5g Tzs:2,8g C:0,2g Szemesbabfőzelék(1-7) Kal:651 F:32g Zs:15g Szh:92g So:0,5g Tzs:4,2g C:0,0g Kenyér-fehér(1) Kal:102 F: 3g Zs: 0g Szh:20g So:0,1g Tzs:0,3g C:1,7g	Gulyásleves(9-1-7-3-10) Kal:247 F:13g Zs:15g Szh:13g So:0,8g Tzs:2,6g C:0,0g Túrós sztrapaeska(1-3-7) Kal:316 F:10g Zs:13g Szh:35g So:0,3g Tzs:4,8g C:0,0g Kenyér-t.k 4 dkg(1-7-6) Kal:101 F: 5g Zs: 0g Szh:17g So:0,2g Tzs:0,3g C:0,3g	Tojásleves(1-3) Kal:119 F: 4g Zs: 7g Szh: 9g So:0,3g Tzs:1,5g C:0,0g Vadas sertéstokány(1-7-10) Kal:177 F:14g Zs:11g Szh: 6g So:0,7g Tzs:3,3g C:1,6g Tésztaköret(1-3) Kal:218 F: 7g Zs: 4g Szh:38g So:0,3g Tzs:0,3g C:0,0g	Sajtkrémleves(7-1) Kal:187 F: 8g Zs:13g Szh:10g So:1,0g Tzs:6,0g C:0,0g Kenyér kocka(1) Kal: 38 F: 1g Zs: 0g Szh: 7g So:0,0g Tzs:0,1g C:0,6g Gombas sertésragu(1-12) Kal:232 F:20g Zs:14g Szh: 6g So:2,3g Tzs:3,1g C:0,1g Párolt rizs Kal:270 F: 5g Zs: 6g Szh:47g So:0,2g Tzs:0,6g C:0,0g	Zöldségleves(1-7-3-9-10) Kal:144 F: 2g Zs:11g Szh: 6g So:0,4g Tzs:1,2g C:0,0g Natur halfilé (4) Kal: 60 F: 9g Zs: 0g Szh: 0g So:0,0g Tzs:2,2g C:0,0g Fokhagymamártás(1-7) Kal:271 F: 3g Zs:20g Szh:17g So:3,7g Tzs:4,9g C:0,7g Petrezselymes burgonya Kal:154 F: 2g Zs: 2g Szh:24g So:0,3g Tzs:0,2g C:0,0g
	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 1204 58 0 143 1,7 9 1,9	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 664 28 28 65 1,3 8 0,3	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 513 24 22 52 1,3 5 1,6	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 727 33 33 70 3,5 10 0,7	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 630 17 34 47 4,4 9 0,7
U	Fatörzs stangli(1-7-3-9) Kal:226 F: 6g Zs: 4g Szh:40g So:0,5g Tzs:0,0g C:0,0g Banán Kal:170 F: 2g Zs: 1g Szh:44g So:0,1g Tzs:0,0g 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 Túrókrém-gyümölcsös(7) Kal: 81 F: 5g Zs: 3g Szh: 6g So:0,0g Tzs:2,2g C:5,7g	Löncs felvágott(6) Kal: 63 F: 4g Zs: 5g Szh: 0g So:0,5g Tzs:0,0g C:0,0g Liga margarin Kal: 18 F: 0g Zs: 2g Szh: 0g So:0,1g Tzs:0,6g C:0,0g Kenyér-fehér(1) Kal:102 F: 3g Zs: 0g Szh:20g So:0,1g Tzs:0,3g C:1,7g Uborka friss Kal: 3 F: 0g Zs: 0g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Körözött tehéntúróból(7) Kal: 39 F: 3g Zs: 2g Szh: 1g So:0,1g Tzs:1,2g 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 Lilahagyma Kal: 11 F: 0g Zs: 0g Szh: 2g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Delma margarinos zsemle(1-6) Kal:186 F: 6g Zs: 5g Szh:31g So:0,8g Tzs:1,2g C:0,7g Körte Kal: 94 F: 1g Zs: 0g Szh:22g So:0,0g Tzs:0,0g C: 22g
	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 396 8 5 84 0,6 0 0,0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 232 11 4 37 0,8 2 6,4	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 186 7 7 20 0,7 1 1,7	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 150 9 2 21 0,3 1 0,3	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 279 7 5 52 0,8 1 22

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-Szulfit (12) Csillagfűrt (13) Puhatestűek (14)

Élelmezésvezető: ...

Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk !

... ..