



HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

Zöldtea

Kal: 83 F: 0g Zs: 0g Szh:20g So:0,0g Tzs:0,0g C: 20g

Trapista sajt(7)

Kal:114 F: 8g Zs: 8g Szh: 0g So:0,7g Tzs:5,4g C:0,0g

Ráma margarin(7)

Kal: 59 F: 0g Zs: 6g Szh: 0g So:0,0g Tzs:1,7g 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

Retek

Kal: 3 F: 0g Zs: 0g Szh: 0g 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

Omlett(3-7)

Kal:218 F:10g Zs:19g Szh: 1g So:0,4g Tzs:5,7g 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

Tea gyümölcsös

Kal: 45 F: 0g Zs: 0g Szh:10g So:0,0g Tzs:0,0g C: 10g

Bundás kenyér(1-7-6-3)

Kal:226 F: 7g Zs:13g Szh:18g So:0,2g Tzs:2,4g C:0,3g

Csokis tej(7)

Kal:157 F: 8g Zs: 6g Szh:20g So:0,2g Tzs:4,0g C: 10g

Párizsikrém(7-10)

Kal:151 F: 3g Zs:15g Szh: 0g So:0,7g Tzs:3,6g C:0,1g

Kenyér-korpás(1-6)

Kal:158 F: 7g Zs: 1g Szh:30g So:0,3g Tzs:0,1g C:0,0g

Zöldhagyma

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

T

g

Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk
360	14	15	38	0,9	7	21

Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk
533	21	26	50	1,3	10	14

Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk
271	7	13	28	0,2	2	11

Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk
471	18	23	50	1,2	8	10

E

g

Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk
607	23	0	78	1,6	7	13

Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk
488	25	13	65	1,1	4	2,5

Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk
609	26	18	79	1,4	6	8,1

Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk
697	31	21	93	1,6	10	28

U

g

Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk
467	6	13	78	0,8	4	0,0

Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk
178	6	2	34	0,7	1	1,5

Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk
193	9	3	32	1,0	2	0,0

Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk
175	6	4	28	0,5	2	1,6

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: László Péter

Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk!