



<b>HÉTFŐ</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>E ZÖLDSÉGLEVES</b>	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR		86	4	1	15	7	0,62	0,07
<b>BOLOGNAI SPAGETTI</b>	GLUTÉN-TOJÁS *TEJ *		621	27	34	48	108	2,61	6,69
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>707</b>	<b>31</b>	<b>35</b>	<b>63</b>	<b>115</b>	<b>3,24</b>	<b>6,77</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>707</b>	<b>31</b>	<b>35</b>	<b>63</b>	<b>115</b>	<b>3,24</b>	<b>6,77</b>
<b>KEDD</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>E ZELLERKRÉMLEVES</b>	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR		269	5	18	21	26	1,17	3,99
<b>HURKA</b>	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *		200	9	15	6	171	1,49	0,00
<b>PÁROLT HORDÓSKÁPOSZTA</b>			58	1	5	2	0	0,90	0,57
<b>TÖRT BURGONYA</b>			222	4	0	40	0	0,04	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>749</b>	<b>19</b>	<b>38</b>	<b>69</b>	<b>197</b>	<b>3,61</b>	<b>4,57</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>749</b>	<b>19</b>	<b>38</b>	<b>69</b>	<b>197</b>	<b>3,61</b>	<b>4,57</b>
<b>SZERDA</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>E TARHONYALEVES</b>	GLUTÉN-TOJÁS		265	5	13	28	25	0,58	1,24
<b>MEXIKÓI PULYKATOKÁNY</b>			257	20	16	8	62	1,30	2,01
<b>RIZSKÖRET</b>			270	4	10	39	0	0,01	1,14
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>792</b>	<b>29</b>	<b>39</b>	<b>75</b>	<b>87</b>	<b>1,89</b>	<b>4,41</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>792</b>	<b>29</b>	<b>39</b>	<b>75</b>	<b>87</b>	<b>1,89</b>	<b>4,41</b>
<b>CSÜTÖRTÖK</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>E HÚSLEVES</b>	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR		368	10	17	42	36	0,65	2,03
<b>MEGGYMARTAS</b>	GLUTÉN *TEJ *		226	3	7	37	18	0,06	3,03
<b>CSIRKEMELL-NATÚR</b>			118	26	1	1	0	1,13	0,32
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>712</b>	<b>39</b>	<b>25</b>	<b>80</b>	<b>54</b>	<b>1,85</b>	<b>5,39</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>712</b>	<b>39</b>	<b>25</b>	<b>80</b>	<b>54</b>	<b>1,85</b>	<b>5,39</b>
<b>PÉNTEK</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>E KÖMÉNYMAGLEVES</b>	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS *		269	3	19	19	0	0,71	1,36
<b>RÁNTOTT BORDA</b>	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS *		267	18	14	16	61	1,22	3,09
<b>TÉSZTASALÁTA</b>	GLUTÉN-TOJÁS *TOJÁS-MUSTÁR *TEJ *MUSTÁR		260	6	13	29	46	0,76	3,91
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>796</b>	<b>27</b>	<b>46</b>	<b>64</b>	<b>107</b>	<b>2,71</b>	<b>8,38</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>796</b>	<b>27</b>	<b>46</b>	<b>64</b>	<b>107</b>	<b>2,71</b>	<b>8,38</b>



HÉTFŐ		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsír-sav g
T	DIÓS BÚRKIFLI T. K.	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS-DIÓFÉLE *	228	5	15	29	0	0,90	0,00
	TEJESKÁVÉ	TEJ *	148	7	3	22	10	0,20	1,62
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>376</b>	<b>12</b>	<b>18</b>	<b>51</b>	<b>10</b>	<b>1,10</b>	<b>1,62</b>
E	ZÖLDSÉGLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	103	5	1	19	26	0,58	0,23
	BOLOGNAI SPAGETTI	GLUTÉN-TOJÁS *TEJ *	459	20	23	40	80	0,67	4,22
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>562</b>	<b>25</b>	<b>24</b>	<b>59</b>	<b>106</b>	<b>1,26</b>	<b>4,46</b>
U	BAROMFI FELVÁGOTT	SZÓJA *	45	2	4	0	22	0,38	1,42
	RÁMA-VITAMINOS	TEJ *	78	0	7	0	0	0,00	0,00
	PAPRIKA TV		6	0	0	1	0	0,00	0,00
	BAGETT	GLUTÉN-TEJ *	42	2	0	8	0	0,30	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>171</b>	<b>4</b>	<b>11</b>	<b>9</b>	<b>22</b>	<b>0,68</b>	<b>1,43</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1109</b>	<b>41</b>	<b>53</b>	<b>119</b>	<b>138</b>	<b>3,04</b>	<b>7,51</b>
KEDD		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsír-sav g
T	TEJBEN RIZS	TEJ *	309	9	13	37	28	0,22	3,90
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>309</b>	<b>9</b>	<b>13</b>	<b>37</b>	<b>28</b>	<b>0,22</b>	<b>3,90</b>
E	ZELLERKRÉMLEVES	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	246	5	15	22	22	0,18	3,16
	HURKA	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	215	10	16	6	184	1,61	0,00
	PÁROLT HORDÓSKÁPOSZTA		47	1	4	2	0	0,75	0,45
	TÖRT BURGONYA		127	2	0	23	0	0,02	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>635</b>	<b>18</b>	<b>35</b>	<b>53</b>	<b>206</b>	<b>2,56</b>	<b>3,62</b>
U	HALPÁSTÉTOM	HAL *	42	3	3	0	32	0,00	1,34
	PAPRIKA PRITAMIN		17	1	0	3	0	0,00	0,00
	KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ	GLUTÉN-SZÓJA *	119	5	1	22	0	0,60	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>178</b>	<b>9</b>	<b>4</b>	<b>25</b>	<b>32</b>	<b>0,60</b>	<b>1,34</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1122</b>	<b>36</b>	<b>52</b>	<b>115</b>	<b>266</b>	<b>3,38</b>	<b>8,86</b>
SZERDA		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsír-sav g
T	MOZAIK-SZERENCSE SZELET	SZÓJA *	40	5	2	0	28	0,30	2,75
	RÁMA-VITAMINOS	TEJ *	78	0	7	0	0	0,00	0,00
	UBORKA FRISS		4	0	0	1	0	0,01	0,00
	TELJES KIÖRLÉSŰ ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	0,00
	TEA		63	0	0	15	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>340</b>	<b>17</b>	<b>24</b>	<b>38</b>	<b>28</b>	<b>0,81</b>	<b>2,75</b>
E	TARHONYALEVES	GLUTÉN-TOJÁS	197	5	7	26	25	0,08	0,56
	MEXIKÓI PULYKATOKÁNY		211	17	11	9	49	0,50	1,44
	RIZSKÖRET		263	3	13	31	0	0,01	1,48
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>671</b>	<b>25</b>	<b>31</b>	<b>66</b>	<b>74</b>	<b>0,60</b>	<b>3,49</b>
U	PUDING - GYÜMÖLCCSEL	TEJ *	189	6	3	36	8	0,20	1,21
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>189</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>36</b>	<b>8</b>	<b>0,20</b>	<b>1,22</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1200</b>	<b>48</b>	<b>58</b>	<b>140</b>	<b>110</b>	<b>1,62</b>	<b>7,46</b>
CSÜTÖRTÖK		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsír-sav g
T	TOJÁSRÁNTOTTA	TOJÁS *	131	3	13	0	99	0,50	2,16
	KENYÉR - MAGVAS	GLUTÉN-SZÓJA-SZEZÁMMAG *	121	5	1	22	0	0,75	0,00
	TEA		63	0	0	15	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>315</b>	<b>8</b>	<b>14</b>	<b>37</b>	<b>99</b>	<b>1,25</b>	<b>2,16</b>
E	HÚSLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	267	8	11	34	29	1,12	1,28
	MEGGYMARTAS	GLUTÉN *TEJ *	247	3	6	43	17	0,05	2,82
	CSIRKEMELL-NATÚR		166	22	8	1	0	0,12	1,07
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>680</b>	<b>33</b>	<b>25</b>	<b>78</b>	<b>46</b>	<b>1,30</b>	<b>5,19</b>
U	PIZZÁS CSIGA T.K.	GLUTÉN-TEJ-SZÓJA *	139	11	7	48	0	0,50	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>139</b>	<b>11</b>	<b>7</b>	<b>48</b>	<b>0</b>	<b>0,50</b>	<b>0,00</b>

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek, kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az élelmezésvezetőnél.  
A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat, melyért elnézést kérünk!



Napi összesen:		1134	52	46	163	145	3,05	7,35	
<b>PÉNTEK</b>									
	Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsirsav g	
<b>T</b>	SONKAKRÉM	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *MUSTÁR	82	4	7	0	25	0,41	2,11
	PARADICSOM		9	0	0	2	0	0,00	0,00
	KIFLI T.K.	GLUTÉN-TEJ *	78	6	8	11	0	0,25	0,00
	LIMONÁDÉ		44	0	1	10	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>		<b>213</b>	<b>10</b>	<b>16</b>	<b>23</b>	<b>25</b>	<b>0,67</b>	<b>2,11</b>	
<b>E</b>	KÖMÉNYPAGLEVES	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	145	1	11	8	0	0,10	1,25
	RÁNTOTT BORDA	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS *	276	20	14	15	65	0,26	3,38
	TÉSZTASALÁTA	GLUTÉN-TOJÁS *TOJÁS-MUSTÁR *TEJ *MUSTÁR	348	9	15	43	64	0,81	4,54
<b>Étkezés összesen:</b>		<b>769</b>	<b>30</b>	<b>40</b>	<b>66</b>	<b>129</b>	<b>1,18</b>	<b>9,18</b>	
<b>Ü</b>	ALMA		65	1	0	15	0	0,02	0,00
	POGÁCSA-VAJAS	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS-SZÓJA *	250	6	11	30	0	0,50	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>		<b>315</b>	<b>7</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	<b>0</b>	<b>0,52</b>	<b>0,00</b>	
<b>Napi összesen:</b>		<b>1297</b>	<b>47</b>	<b>67</b>	<b>134</b>	<b>154</b>	<b>2,38</b>	<b>11,29</b>	



<b>HÉTFŐ</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsír-sav g
<b>T</b>	DIÓS BÚRKIFLI T. K.	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS-DIÓFÉLE *	228	5	15	29	0	0,90	0,00
	TEJESKÁVÉ	TEJ *	128	7	3	17	10	0,20	1,62
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>356</b>	<b>12</b>	<b>18</b>	<b>46</b>	<b>10</b>	<b>1,10</b>	<b>1,62</b>
<b>E</b>	ZÖLDSÉGLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	103	5	1	19	29	0,08	0,24
	BOLOGNAI SPAGETTI	GLUTÉN-TOJÁS *TEJ *	450	18	21	45	75	0,46	3,72
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>553</b>	<b>23</b>	<b>22</b>	<b>64</b>	<b>104</b>	<b>0,55</b>	<b>3,98</b>
<b>U</b>	BAROMFI FELVÁGOTT	SZÓJA *	12	1	1	0	6	0,10	0,37
	RÁMA-VITAMINOS	TEJ *	33	0	3	0	0	0,00	0,00
	PAPRIKA TV		8	0	0	1	0	0,00	0,00
	BAGETT	GLUTÉN-TEJ *	28	1	0	5	0	0,20	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>81</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>0,30</b>	<b>0,38</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>990</b>	<b>37</b>	<b>44</b>	<b>116</b>	<b>120</b>	<b>1,95</b>	<b>5,98</b>
<b>KEDD</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsír-sav g
<b>T</b>	TEJBEN RIZS	TEJ *	232	8	2	42	8	0,15	1,21
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>232</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>42</b>	<b>8</b>	<b>0,15</b>	<b>1,22</b>
<b>E</b>	ZELLERKRÉMLEVES	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	217	5	13	20	21	0,20	2,91
	HURKA	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	154	7	12	4	132	1,15	0,00
	PÁROLT HORDÓSKÁPOSZTA		26	0	2	1	0	0,52	0,22
	TÖRT BURGONYA		127	2	0	23	0	0,02	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>524</b>	<b>14</b>	<b>27</b>	<b>48</b>	<b>153</b>	<b>1,90</b>	<b>3,14</b>
<b>U</b>	HALPÁSTÉTOM	HAL *	42	3	3	0	32	0,00	1,34
	PAPRIKA PRITAMIN		29	2	0	5	0	0,00	0,00
	KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ	GLUTÉN-SZÓJA *	89	4	1	17	0	0,45	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>160</b>	<b>9</b>	<b>4</b>	<b>22</b>	<b>32</b>	<b>0,45</b>	<b>1,34</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>916</b>	<b>31</b>	<b>33</b>	<b>112</b>	<b>193</b>	<b>2,51</b>	<b>5,70</b>
<b>SZERDA</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsír-sav g
<b>T</b>	MOZAIK-SZERENCSE SZELET	SZÓJA *	21	3	1	0	14	0,15	1,43
	RÁMA-VITAMINOS	TEJ *	33	0	3	0	0	0,00	0,00
	UBORKA FRISS		3	0	0	0	0	0,00	0,00
	TELJES KIÖRLÉSŰ ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	0,00
	TEA		33	0	0	8	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>245</b>	<b>15</b>	<b>19</b>	<b>30</b>	<b>14</b>	<b>0,66</b>	<b>1,43</b>
<b>E</b>	TARHONYALEVES	GLUTÉN-TOJÁS	163	4	6	22	22	0,07	0,41
	MEXIKÓI PULYKATOKÁNY		148	11	9	5	32	0,50	1,15
	RIZSKÖRET		252	4	10	35	0	0,20	1,14
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>563</b>	<b>19</b>	<b>25</b>	<b>62</b>	<b>54</b>	<b>0,78</b>	<b>2,70</b>
<b>U</b>	PUDING - GYÜMÖLCCSEL	TEJ *	189	6	3	36	8	0,20	1,21
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>189</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>36</b>	<b>8</b>	<b>0,20</b>	<b>1,22</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>997</b>	<b>40</b>	<b>47</b>	<b>128</b>	<b>76</b>	<b>1,65</b>	<b>5,35</b>
<b>CSÜTÖRTÖK</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsír-sav g
<b>T</b>	TOJÁSRÁNTOTTA	TOJÁS *	81	3	7	0	90	0,10	1,50
	KENYÉR - MAGVAS	GLUTÉN-SZÓJA-SZÉZÁMMAG *	84	4	1	15	0	0,52	0,00
	TEA		33	0	0	8	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>198</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>23</b>	<b>90</b>	<b>0,62</b>	<b>1,50</b>
<b>E</b>	HÚSLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	292	7	14	31	29	0,12	1,73
	MEGGYMARTAS	GLUTÉN *TEJ *	161	2	5	28	12	0,04	2,02
	CSIRKEMELL-NATÚR		114	15	6	0	0	0,32	0,75
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>567</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>59</b>	<b>41</b>	<b>0,48</b>	<b>4,51</b>
<b>U</b>	PIZZÁS CSIGA T.K.	GLUTÉN-TEJ-SZÓJA *	139	11	7	48	0	0,50	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>139</b>	<b>11</b>	<b>7</b>	<b>48</b>	<b>0</b>	<b>0,50</b>	<b>0,00</b>

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek, kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az élelmezésvezetőnél.  
A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat, melyért elnézést kérünk!



Napi összesen:		904	42	40	130	131	1,61	6,01	
<b>PÉNTEK</b>									
	Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsirsav g	
<b>T</b>	SONKAKRÉM	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	48	2	4	0	14	0,20	1,20
	PARADICSOM		7	0	0	1	0	0,00	0,00
	KIFLI T.K.	GLUTÉN-TEJ *	78	6	8	11	0	0,25	0,00
	LIMONÁDÉ		44	0	1	10	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>		<b>177</b>	<b>8</b>	<b>13</b>	<b>22</b>	<b>14</b>	<b>0,45</b>	<b>1,21</b>	
<b>E</b>	KÖMÉNYMAGLEVES	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	65	1	5	4	0	0,01	0,57
	RÁNTOTT BORDA	TOJÁS *GLUTÉN-TOJÁS *	192	15	9	12	40	0,20	2,27
	TÉSZTASALÁTA	GLUTÉN-TOJÁS *TOJÁS-MUSTÁR *TEJ *MUSTÁR	228	5	11	26	40	0,70	2,90
<b>Étkezés összesen:</b>		<b>485</b>	<b>21</b>	<b>25</b>	<b>42</b>	<b>80</b>	<b>0,91</b>	<b>5,74</b>	
<b>Ú</b>	ALMA		32	0	0	7	0	0,01	0,00
	POGÁCSA-VAJAS	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS-SZÓJA *	250	6	11	30	0	0,50	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>		<b>282</b>	<b>6</b>	<b>11</b>	<b>37</b>	<b>0</b>	<b>0,51</b>	<b>0,00</b>	
<b>Napi összesen:</b>		<b>944</b>	<b>35</b>	<b>49</b>	<b>101</b>	<b>94</b>	<b>1,88</b>	<b>6,95</b>	