

HÉTFŐ		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E ZÖLDBORSÓLEVES-ZÖLDSÉGES	GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER *		169	8	1	30	14	0,66	0,12
BURGONYAFOZELEK	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR		255	4	9	31	12	1,06	2,59
SERTÉSPÖRKÖLT	ZELLER *		380	26	28	4	82	1,43	5,52
Étkezés összesen:			804	38	38	65	108	3,16	8,24
Napi összesen:			804	38	38	65	108	3,16	8,24
KEDD		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E GOMBALEVES	GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER *		107	5	1	20	11	1,08	0,09
LASAGNE SAJTTAL	GLUTÉN-TOJÁS *TEJ *GLUTÉN *TEJ *		611	26	26	63	104	1,33	6,74
Étkezés összesen:			718	31	27	83	115	2,41	6,84
Napi összesen:			718	31	27	83	115	2,41	6,84
SZERDA		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E GYÜMÖLCSLEVES	GLUTÉN *TEJ *		256	3	7	41	21	0,07	3,53
TOLTOTT CSIRKECOMB	TOJÁS *GLUTÉN-SZÓJA *		225	22	13	4	88	1,24	2,25
BULGURKÖRET	GLUTÉN *ZELLER *		381	8	16	49	0	1,02	1,71
CSEMEGE UBORKA			2	0	0	0	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			864	33	36	94	109	2,34	7,51
Napi összesen:			864	33	36	94	109	2,34	7,51
CSÜTÖRTÖK		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E ERŐLEVES	GLUTÉN-TOJÁS		151	7	1	27	18	0,12	0,17
RANTOTT SAJT	TEJ *		301	12	27	1	45	0,13	9,69
TARTARMARTAS	TOJÁS-MUSTÁR *TEJ *		130	1	12	3	21	0,23	2,91
RIZSKÖRET			270	4	10	39	0	0,01	1,14
Étkezés összesen:			852	24	50	70	84	0,50	13,92
Napi összesen:			852	24	50	70	84	0,50	13,92
PÉNTEK		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E PALÓCLEVES	ZELLER *GLUTÉN *TEJ *		390	18	25	20	65	1,31	6,78
LEKVÁROS DERELYE	GLUTÉN-TEJ *GLUTÉN-TEJ-TOJÁS		379	9	11	59	0	1,00	1,14
ALMA			88	1	0	20	0	0,03	0,00
Étkezés összesen:			857	28	36	99	65	2,34	7,92
Napi összesen:			857	28	36	99	65	2,34	7,92



HÉTFŐ		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsirsav g
T	MELEGSZENDVICS	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *GLUTÉN-SZÓJA *	277	8	20	10	29	1,14	3,41
	TEA		63	0	0	15	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			340	8	20	25	29	1,14	3,42
E	ZÖLDBORSÓLEVES-ZÖLDSÉGES	GLUTÉN-TOJÁS	126	7	1	22	14	0,29	0,12
	BURGONYAFŐZELÉK	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	234	4	11	24	12	0,06	2,82
	SERTÉSPÖRKÖLT		250	13	20	2	41	0,20	3,44
	KENYÉR-T.KIÖRL.-FŐZELÉKHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	89	4	1	17	0	0,45	0,00
Étkezés összesen:			699	28	33	65	67	1,01	6,39
U	VAJKRÉM	TEJ *	59	0	6	0	35	0,18	2,89
	LILAHAGYMA		5	0	0	1	0	0,00	0,00
	MAGVAS ZSEMLE/KIFLI	GLUTÉN-SZEZÁMMAG *	142	5	3	23	0	0,75	0,00
Étkezés összesen:			206	5	9	24	35	0,93	2,90
Napi összesen:			1245	41	62	114	131	3,09	12,71
KEDD		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsirsav g
T	SZALÁMI	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	77	4	7	0	17	0,49	2,41
	RÁMA-VITAMINOS	TEJ *	78	0	7	0	0	0,00	0,00
	UBORKA FRISS		4	0	0	1	0	0,01	0,00
	BAGETT	GLUTÉN-TEJ *	42	2	0	8	0	0,30	0,00
	LIMONÁDÉ		44	0	1	10	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			245	6	15	19	17	0,80	2,42
E	GOMBALEVES	GLUTÉN-TOJÁS	89	4	1	16	12	0,04	0,10
	LASAGNE SAJTTAL	GLUTÉN-TOJÁS *TEJ *GLUTÉN *TEJ *	515	24	19	58	96	0,81	5,65
Étkezés összesen:			604	28	20	74	108	0,86	5,76
U	KOCKASAJT KICSI	TEJ *	103	6	8	1	33	0,30	4,47
	TELJES KIÖRLÉSŰ KIFLI	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	0,00
Étkezés összesen:			258	18	23	23	33	0,80	4,47
Napi összesen:			1107	52	58	116	158	2,47	12,65
SZERDA		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsirsav g
T	TEJBEDARA	TEJ *GLUTÉN *	255	12	4	40	13	0,29	2,02
Étkezés összesen:			255	12	4	40	13	0,29	2,03
E	GYÜMÖLCSLEVES	GLUTÉN *TEJ *	106	2	4	14	12	0,04	2,02
	TOLTOTT CSIRKECOMB	TOJÁS *GLUTÉN-SZÓJA *	235	26	12	4	107	1,08	2,32
	BULGURKÖRET	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	310	6	15	35	0	0,01	1,71
	CSEMEGE UBORKA		4	0	0	1	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			655	34	31	54	119	1,13	6,06
U	KENŐMÁJAS	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	57	2	5	0	38	0,27	0,00
	PAPRIKA TV		6	0	0	1	0	0,00	0,00
	KENYÉR - MAGVAS	GLUTÉN-SZÓJA-SZEZÁMMAG *	121	5	1	22	0	0,75	0,00
Étkezés összesen:			184	7	6	23	38	1,02	0,00
Napi összesen:			1094	53	41	117	170	2,45	8,09
CSÜTÖRTÖK		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsirsav g
T	ZALA FELVÁGOTT	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	61	4	5	0	19	0,52	1,82
	RÁMA-VITAMINOS	TEJ *	78	0	7	0	0	0,00	0,00
	PAPRIKA PRITAMIN		17	1	0	3	0	0,00	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
Étkezés összesen:			374	17	27	40	19	1,02	1,82
E	ERŐLEVES	GLUTÉN-TOJÁS	176	5	6	24	18	1,09	0,72
	RANTOTT SAJT	TEJ *	180	10	15	1	35	0,10	6,87
	TARTARMARTAS	TOJÁS-MUSTÁR *TEJ *	117	1	12	2	20	0,21	2,87
	RIZSKÖRET		261	4	9	39	0	0,01	1,02

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!



Étkezés összesen:		734	20	42	66	73	1,42	11,50
U MOGYORÓKRÉM	MOGYORÓ-SZÓJA-TEJ-DIÓFÉLE *	104	1	6	11	0	0,00	0,00
KENYÉR	GLUTÉN-SZÓJA *	130	4	1	24	0	1,00	0,00
Étkezés összesen:		234	5	7	35	0	1,00	0,00
Napi összesen:		1342	42	76	141	92	3,45	13,32
PÉNTEK	Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsírsav g
T TÜKÖRTOJÁS	TOJÁS *	99	5	8	0	180	0,05	2,21
PARADICSOM		9	0	0	2	0	0,00	0,00
KENYÉR-BARNA	GLUTÉN-SZÓJA *	179	6	1	37	0	1,05	0,00
TEA		63	0	0	15	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:		350	11	9	54	180	1,10	2,21
E PALÓCLEVES	GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR *	259	16	13	16	53	0,24	4,21
KENYÉR-HÚSOSLEVESHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	39	1	0	7	0	0,30	0,00
LEKVÁROS DERELYE	GLUTÉN-TEJ *GLUTÉN-TEJ-TOJÁS	312	7	11	45	0	0,50	1,14
ALMA		65	1	0	15	0	0,02	0,00
Étkezés összesen:		675	25	24	83	53	1,07	5,35
U KEFIR	TEJ *	132	6	7	9	10	0,35	3,41
KIFLI - ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	133	3	0	17	0	0,75	0,00
Étkezés összesen:		265	9	7	26	10	1,10	3,41
Napi összesen:		1290	45	40	163	243	3,27	10,97



HÉTFŐ		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsirsav g
T	MELEGSZENDVICS	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *GLUTÉN-SZÓJA *	162	5	10	10	18	0,86	1,95
	TEA		33	0	0	8	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			195	5	10	18	18	0,86	1,96
E	ZÖLDBORSÓLEVES-ZÖLDSÉGES	GLUTÉN-TOJÁS	101	5	1	18	13	0,07	0,11
	BURGONYAFŐZELÉK	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	301	5	18	24	36	0,14	6,68
	SERTÉSPÖRKÖLT		183	13	14	1	41	0,31	2,64
	KENYÉR-T.KIÖRL.-FŐZELÉKHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	44	2	0	8	0	0,22	0,00
Étkezés összesen:			629	25	33	51	90	0,75	9,45
U	VAJKRÉM	TEJ *	78	1	8	0	46	0,24	3,86
	LILAHAGYMA		5	0	0	1	0	0,00	0,00
	MAGVAS ZSEMLE/KIFLI	GLUTÉN-SZEZÁMMAG *	142	5	3	23	0	0,75	0,00
Étkezés összesen:			225	6	11	24	46	0,99	3,86
Napi összesen:			1049	36	54	93	154	2,61	15,27
KEDD		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsirsav g
T	SZALÁMI	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	31	2	3	0	7	0,19	0,96
	RÁMA-VITAMINOS	TEJ *	33	0	3	0	0	0,00	0,00
	UBORKA FRISS		3	0	0	0	0	0,00	0,00
	BAGETT	GLUTÉN-TEJ *	28	1	0	5	0	0,20	0,00
	LIMONÁDÉ		44	0	1	10	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			139	3	7	15	7	0,40	0,97
E	GOMBALEVES	GLUTÉN-TOJÁS	71	3	0	13	7	0,03	0,06
	LASAGNE - SAJTTAL	GLUTÉN-TOJÁS *TEJ *GLUTÉN *TEJ *	498	25	24	42	101	0,78	6,84
Étkezés összesen:			569	28	24	55	108	0,81	6,91
U	KOCKASAJT KICSI	TEJ *	13	1	1	0	4	0,03	0,58
	TELJES KIÖRLÉSŰ KIFLI	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	0,00
Étkezés összesen:			168	13	16	22	4	0,53	0,58
Napi összesen:			876	44	47	92	119	1,76	8,46
SZERDA		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsirsav g
T	TEJBEDARA	TEJ *GLUTÉN *	146	7	2	24	7	0,15	1,05
Étkezés összesen:			146	7	2	24	7	0,15	1,05
E	GYÜMÖLCSLEVES	GLUTÉN *TEJ *	131	2	6	16	18	0,06	3,03
	TOLTOTT CSIRKECOMB	TOJÁS *GLUTÉN-SZÓJA *	259	32	12	3	125	0,27	2,56
	BULGURKÖRET	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	310	6	15	35	0	0,01	1,71
	CSEMEGE UBORKA		5	0	0	1	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			705	40	33	55	143	0,35	7,31
U	KENÓMÁJAS	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	17	1	2	0	11	0,08	0,00
	PAPRIKA TV		8	0	0	1	0	0,00	0,00
	KENYÉR - MAGVAS	GLUTÉN-SZÓJA-SZEZÁMMAG *	24	1	0	4	0	0,15	0,00
Étkezés összesen:			49	2	2	5	11	0,23	0,00
Napi összesen:			900	49	37	84	161	0,73	8,36
CSÜTÖRTÖK		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsirsav g
T	ZALA FELVÁGOTT	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	37	2	3	0	11	0,31	1,09
	RÁMA-VITAMINOS	TEJ *	33	0	3	0	0	0,00	0,00
	PAPRIKA PRITAMIN		29	2	0	5	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
Étkezés összesen:			287	16	21	35	11	0,81	1,09
E	ERŐLEVES	GLUTÉN-TOJÁS	146	4	6	18	14	0,07	0,69
	RANTOTT SAJT	TEJ *	150	6	14	0	20	0,06	4,51
	TARTARMARTAS	TOJÁS-MUSTÁR *TEJ *	110	1	11	2	18	0,20	2,57
	RIZSKÖRET		181	2	8	23	0	0,01	0,91

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!



Étkezés összesen:		587	13	39	43	52	0,36	8,68
U MOGYORÓKRÉM	MOGYORÓ-SZÓJA-TEJ-DIÓFÉLE *	52	1	3	5	0	0,00	0,00
KENYÉR	GLUTÉN-SZÓJA *	104	3	0	19	0	0,80	0,00
Étkezés összesen:		156	4	3	24	0	0,80	0,00
Napi összesen:		1030	33	63	102	63	1,97	9,77
PÉNTEK	Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsirsav g
T TÜKÖRTOJÁS	TOJÁS *	83	5	6	0	180	0,00	2,03
PARADICSOM		7	0	0	1	0	0,00	0,00
KENYÉR-BARNA	GLUTÉN-SZÓJA *	77	2	0	16	0	0,45	0,00
TEA		33	0	0	8	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:		200	7	6	25	180	0,45	2,04
E PALÓCLEVES	GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR *	199	13	12	9	42	0,19	3,32
KENYÉR-HÚSOSLEVESHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	26	1	0	5	0	0,20	0,00
LEKVÁROS DERELYE	GLUTÉN-TEJ *GLUTÉN-TEJ-TOJÁS	241	5	9	34	0	0,00	0,91
ALMA		32	0	0	7	0	0,01	0,00
Étkezés összesen:		498	19	21	55	42	0,41	4,24
U KEFIR	TEJ *	132	6	7	9	10	0,35	3,41
KIFLI - ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	133	3	0	17	0	0,75	0,00
Étkezés összesen:		265	9	7	26	10	1,10	3,41
Napi összesen:		963	35	34	106	232	1,96	9,69