



<b>HÉTFŐ</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsírsv g
<b>E ZÖLDBORSÓLEVES-ZÖLDSÉGES</b>	GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER *		164	8	1	29	18	0,66	0,15
<b>LECSÓS SERTÉSMÁJ</b>			359	21	26	9	430	1,35	4,87
<b>TARHONYAKÖRET</b>	GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER *		341	7	17	37	43	1,16	1,51
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>864</b>	<b>36</b>	<b>44</b>	<b>75</b>	<b>491</b>	<b>3,18</b>	<b>6,54</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>864</b>	<b>36</b>	<b>44</b>	<b>75</b>	<b>491</b>	<b>3,18</b>	<b>6,54</b>
<b>KEDD</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsírsv g
<b>E ÁRPAGYÖNGYLEVES</b>	GLUTÉN *ZELLER *		288	6	11	13	0	0,23	1,14
<b>HENTESTOKÁNY</b>	GLUTÉN *SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *		251	18	15	8	56	1,73	3,19
<b>RIZSKÖRET</b>			296	5	9	47	0	0,01	1,02
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>835</b>	<b>29</b>	<b>35</b>	<b>68</b>	<b>56</b>	<b>1,98</b>	<b>5,37</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>835</b>	<b>29</b>	<b>35</b>	<b>68</b>	<b>56</b>	<b>1,98</b>	<b>5,37</b>
<b>SZERDA</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsírsv g
<b>E KÖMÉNYMAGLEVES</b>	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS *		218	3	15	16	0	0,71	0,91
<b>CSIRKEPAPRIKAS</b>	TEJ *GLUTÉN *		291	19	19	8	77	2,46	4,87
<b>TÉSZTAKÖRET</b>	GLUTÉN-TOJÁS *		269	7	12	33	32	0,25	1,41
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>778</b>	<b>29</b>	<b>46</b>	<b>57</b>	<b>109</b>	<b>3,43</b>	<b>7,21</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>778</b>	<b>29</b>	<b>46</b>	<b>57</b>	<b>109</b>	<b>3,43</b>	<b>7,21</b>
<b>CSÜTÖRTÖK</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsírsv g
<b>E ZELLERKRÉMLEVES</b>	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR		269	5	18	21	26	1,17	3,99
<b>FÚSZERES TARJA</b>	MUSTÁR		258	12	22	1	67	2,77	6,53
<b>PETREZSELYMES BURGONYA</b>			328	5	8	45	0	0,04	0,91
<b>VEGYES VÁGOTT SAVANYÚ</b>			10	1	0	2	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>865</b>	<b>23</b>	<b>48</b>	<b>69</b>	<b>93</b>	<b>4,00</b>	<b>11,44</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>865</b>	<b>23</b>	<b>48</b>	<b>69</b>	<b>93</b>	<b>4,00</b>	<b>11,44</b>
<b>PÉNTEK</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsírsv g
<b>E HÚSLEVES</b>	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR		169	11	7	21	20	0,60	0,95
<b>GYÜMÖLCSMÁRTÁS</b>	GLUTÉN *TEJ *		395	6	11	68	30	0,80	5,05
<b>CSIRKEMELL-NATÚR</b>			207	21	13	0	0	1,10	1,63
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>771</b>	<b>38</b>	<b>31</b>	<b>89</b>	<b>50</b>	<b>2,52</b>	<b>7,64</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>771</b>	<b>38</b>	<b>31</b>	<b>89</b>	<b>50</b>	<b>2,52</b>	<b>7,64</b>



HÉTFŐ		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
T	BRIÓS	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	108	3	2	20	0	0,50	0,00
	VANÍLIÁS TEJ	TEJ *	108	5	2	13	8	0,15	1,21
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>216</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>33</b>	<b>8</b>	<b>0,65</b>	<b>1,22</b>
E	ZÖLDBORSÓLEVES-ZÖLDSÉGES	GLUTÉN-TOJÁS	163	8	1	29	14	0,31	0,12
	LECSÓS SERTÉSMÁJ		226	14	16	5	301	0,60	3,18
	TARHONYAKÖRET	GLUTÉN-TOJÁS *	356	7	19	36	43	0,13	1,74
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>745</b>	<b>29</b>	<b>36</b>	<b>70</b>	<b>358</b>	<b>1,04</b>	<b>5,05</b>
U	ZÖLDFÚSZERES VAJKRÉM	TEJ *	105	1	11	1	31	0,32	5,21
	PAPRIKA PRITAMIN		17	1	0	3	0	0,00	0,00
	MAGVAS ZSEMLE/KIFLI	GLUTÉN-SZEZÁMMAG *	142	5	3	23	0	0,75	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>264</b>	<b>7</b>	<b>14</b>	<b>27</b>	<b>31</b>	<b>1,07</b>	<b>5,21</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1225</b>	<b>44</b>	<b>54</b>	<b>130</b>	<b>397</b>	<b>2,77</b>	<b>11,48</b>
KEDD		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
T	FŐTT LECSÓKOLBÁSZ+MUSTÁR	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	89	5	7	0	30	0,80	3,42
	LIMONÁDÉ		44	0	1	10	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>133</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>30</b>	<b>0,80</b>	<b>3,42</b>
E	ÁRPAGYÖNGYLEVES	GLUTÉN *ZELLER *	193	4	7	8	0	0,21	0,68
	HENTESTOKÁNY	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	319	24	21	6	77	0,62	4,50
	RIZSKÖRET		358	7	8	62	0	0,01	0,91
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>870</b>	<b>35</b>	<b>36</b>	<b>76</b>	<b>77</b>	<b>0,86</b>	<b>6,09</b>
U	PIZZA - SAJÁT	GLUTÉN *SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *TEJ *	278	7	17	24	15	0,51	2,91
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>278</b>	<b>7</b>	<b>17</b>	<b>24</b>	<b>15</b>	<b>0,51</b>	<b>2,91</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1281</b>	<b>47</b>	<b>61</b>	<b>110</b>	<b>122</b>	<b>2,18</b>	<b>12,42</b>
SZERDA		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav 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
	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>361</b>	<b>16</b>	<b>27</b>	<b>38</b>	<b>19</b>	<b>1,03</b>	<b>1,82</b>
E	KÖMÉNYPAPRIKAS	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	145	1	11	8	0	0,10	1,25
	CSIRKEPAPRIKAS	TEJ *GLUTÉN *	324	19	24	7	77	0,36	5,44
	TÉSZTAKÖRET	GLUTÉN-TOJÁS *	319	9	11	44	43	0,12	1,39
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>788</b>	<b>29</b>	<b>46</b>	<b>59</b>	<b>120</b>	<b>0,59</b>	<b>8,11</b>
U	GYÜMÖLCSSALÁTA		156	2	1	36	0	0,08	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>156</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>36</b>	<b>0</b>	<b>0,08</b>	<b>0,00</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1305</b>	<b>47</b>	<b>74</b>	<b>133</b>	<b>139</b>	<b>1,70</b>	<b>9,93</b>
CSÜTÖRTÖK		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	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
	FÚSZERES TARJA	MUSTÁR	200	9	17	1	48	1,97	4,83
	PETREZSELYMES BURGONYA		285	4	10	34	0	0,04	1,14
	VEGYES VÁGOTT SAVANYÚ		10	1	0	2	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>741</b>	<b>19</b>	<b>42</b>	<b>59</b>	<b>70</b>	<b>2,19</b>	<b>9,13</b>
U	SONKAKRÉM	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *MUSTÁR	82	4	7	0	25	0,41	2,11
	TELJES KIÖRLÉSŰ KIFLI	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	0,00
	PAPRIKA TV		6	0	0	1	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>243</b>	<b>16</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>25</b>	<b>0,91</b>	<b>2,11</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1293</b>	<b>44</b>	<b>77</b>	<b>119</b>	<b>123</b>	<b>3,33</b>	<b>15,14</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!



<b>PÉNTEK</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>T</b>	<b>TOJÁSRÁNTOTTA</b>	TOJÁS *	131	3	13	0	99	0,50	2,16
	<b>PARADICSOM</b>		9	0	0	2	0	0,00	0,00
	<b>KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ</b>	GLUTÉN-SZÓJA *	119	5	1	22	0	0,60	0,00
	<b>TEA</b>		63	0	0	15	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>322</b>	<b>8</b>	<b>14</b>	<b>39</b>	<b>99</b>	<b>1,10</b>	<b>2,16</b>
<b>E</b>	<b>HÚSLEVES</b>	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	215	9	11	23	22	1,09	1,34
	<b>GYÜMÖLCSMÁRTÁS</b>	GLUTÉN *TEJ *	273	4	6	51	15	0,06	2,52
	<b>CSIRKEMELL-NATÚR</b>		177	25	8	1	0	0,13	1,10
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>665</b>	<b>38</b>	<b>25</b>	<b>75</b>	<b>37</b>	<b>1,29</b>	<b>4,99</b>
<b>U</b>	<b>RÁMA-VITAMINOS</b>	TEJ *	78	0	7	0	0	0,00	0,00
	<b>SALÁTA FRISS</b>		11	1	0	1	0	0,00	0,00
	<b>SAJTOS STANGLI</b>	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	116	3	6	13	0	0,62	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>205</b>	<b>4</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>0</b>	<b>0,62</b>	<b>0,00</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1192</b>	<b>50</b>	<b>52</b>	<b>128</b>	<b>136</b>	<b>3,02</b>	<b>7,15</b>



<b>HÉTFŐ</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsírsv g
<b>T</b>	BRIÓS	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	108	3	2	20	0	0,50	0,00
	VANÍLIÁS TEJ	TEJ *	108	5	2	13	8	0,15	1,21
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>216</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>33</b>	<b>8</b>	<b>0,65</b>	<b>1,22</b>
<b>E</b>	ZÖLDBORSÓLEVES-ZÖLDSÉGES	GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER *	140	7	1	25	14	0,08	0,12
	LECSÓS SERTÉSMÁJ		120	8	8	3	172	0,35	1,72
	TARHONYAKÖRET	GLUTÉN-TOJÁS *	261	6	11	33	40	0,12	0,79
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>521</b>	<b>21</b>	<b>20</b>	<b>61</b>	<b>226</b>	<b>0,56</b>	<b>2,64</b>
<b>U</b>	ZÖLDFÜSZERES VAJKRÉM	TEJ *	59	0	6	0	17	0,18	2,89
	PAPRIKA PRITAMIN		29	2	0	5	0	0,00	0,00
	MAGVAS ZSEMLE/KIFLI	GLUTÉN-SZEZÁMMAG *	142	5	3	23	0	0,75	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>230</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>28</b>	<b>17</b>	<b>0,93</b>	<b>2,90</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>967</b>	<b>36</b>	<b>33</b>	<b>122</b>	<b>251</b>	<b>2,14</b>	<b>6,76</b>
<b>KEDD</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsírsv g
<b>T</b>	FŐTT LECSÓKOLBÁSZ+MUSTÁR	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	89	5	7	0	30	0,80	3,42
	LIMONÁDÉ		44	0	1	10	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>133</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>30</b>	<b>0,80</b>	<b>3,42</b>
<b>E</b>	ÁRPAGYÖNGYLEVES	GLUTÉN *ZELLER *ZELLER *	77	2	2	4	0	0,04	0,22
	HENTESTOKÁNY	GLUTÉN *SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	242	18	16	4	56	0,51	3,40
	RIZSKÖRET		259	5	5	47	0	0,02	0,57
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>578</b>	<b>25</b>	<b>23</b>	<b>55</b>	<b>56</b>	<b>0,58</b>	<b>4,21</b>
<b>U</b>	PIZZA - SAJÁT	GLUTÉN *SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *TEJ *	278	7	17	24	15	0,51	2,91
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>278</b>	<b>7</b>	<b>17</b>	<b>24</b>	<b>15</b>	<b>0,51</b>	<b>2,91</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>989</b>	<b>37</b>	<b>48</b>	<b>89</b>	<b>101</b>	<b>1,90</b>	<b>10,54</b>
<b>SZERDA</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsírsv g
<b>T</b>	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
	UBORKA FRISS		3	0	0	0	0	0,00	0,00
	TELJES KIÓRLÉSŰ 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>261</b>	<b>14</b>	<b>21</b>	<b>30</b>	<b>11</b>	<b>0,82</b>	<b>1,09</b>
<b>E</b>	KÖMÉNYMAGLEVES	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	65	1	5	4	0	0,01	0,57
	CSIRKEPAPRIKAS	TEJ *GLUTÉN *	257	16	19	5	67	0,28	4,46
	TÉSZTAKÖRET	GLUTÉN-TOJÁS *	211	5	9	26	25	0,08	1,12
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>533</b>	<b>22</b>	<b>33</b>	<b>35</b>	<b>92</b>	<b>0,37</b>	<b>6,17</b>
<b>U</b>	GYÜMÖLCSSALÁTA		89	1	0	12	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>89</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>12</b>	<b>0</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>883</b>	<b>37</b>	<b>54</b>	<b>77</b>	<b>103</b>	<b>1,20</b>	<b>7,26</b>
<b>CSÜTÖRTÖK</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsírsv 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
	FÜSZERES TARJA	MUSTÁR	168	7	15	1	38	1,56	3,97
	PETREZSELYMES BURGONYA		221	3	10	23	0	0,02	1,14
	VEGYES VÁGOTT SAVANYÚ		9	1	0	2	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>615</b>	<b>16</b>	<b>38</b>	<b>46</b>	<b>59</b>	<b>1,79</b>	<b>8,03</b>
<b>U</b>	SONKAKRÉM	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	48	2	4	0	14	0,20	1,20
	TELJES KIÓRLÉSŰ KIFLI	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	0,00
	PAPRIKA TV		8	0	0	1	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>211</b>	<b>14</b>	<b>19</b>	<b>23</b>	<b>14</b>	<b>0,70</b>	<b>1,21</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1058</b>	<b>38</b>	<b>59</b>	<b>111</b>	<b>81</b>	<b>2,66</b>	<b>10,46</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!



<b>PÉNTEK</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>T</b>	TOJÁSRÁNTOTTA	TOJÁS *	81	3	7	0	90	0,10	1,50
	PARADICSOM		7	0	0	1	0	0,00	0,00
	KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ	GLUTÉN-SZÓJA *	89	4	1	17	0	0,45	0,00
	TEA		33	0	0	8	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>210</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>26</b>	<b>90</b>	<b>0,55</b>	<b>1,50</b>
<b>E</b>	HÚSLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	110	7	5	12	14	0,06	0,72
	GYÜMÖLCSMÁRTÁS	GLUTÉN *TEJ *	296	4	6	57	15	0,25	2,52
	CSIRKEMELL-NATÚR		136	20	6	0	0	0,35	0,81
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>542</b>	<b>31</b>	<b>17</b>	<b>69</b>	<b>29</b>	<b>0,67</b>	<b>4,08</b>
<b>U</b>	RÁMA-VITAMINOS	TEJ *	33	0	3	0	0	0,00	0,00
	SALÁTA FRISS		8	1	0	1	0	0,00	0,00
	SAJTOS STANGLI	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	116	3	6	13	0	0,62	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>157</b>	<b>4</b>	<b>9</b>	<b>14</b>	<b>0</b>	<b>0,62</b>	<b>0,00</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>909</b>	<b>42</b>	<b>34</b>	<b>109</b>	<b>119</b>	<b>1,85</b>	<b>5,58</b>