



<b>HÉTFŐ</b>	Allergének	<b>K g</b>	<b>F g</b>	<b>Zs g</b>	<b>Szh g</b>	<b>Kol mg</b>	<b>Só g</b>	<b>Telített Zsír sav g</b>
<b>E ZÖLDSÉGLEVES</b>	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	86	4	1	15	7	0,62	0,07
<b>HÚSGALUSKA LEVESBETÉT</b>	TOJÁS *GLUTÉN-TOJÁS *	220	6	17	8	45	1,12	6,18
<b>KRUMPLIS TÉSZTA</b>	GLUTÉN-TOJÁS *	551	15	18	76	65	1,52	2,26
<b>CSEMEGE UBORKA</b>		2	0	0	0	0	0,00	0,00

**Étkezés összesen:** 859 25 36 99 117 3,27 8,53

**Napi összesen:** 859 25 36 99 117 3,27 8,53

<b>KEDD</b>	Allergének	<b>K g</b>	<b>F g</b>	<b>Zs g</b>	<b>Szh g</b>	<b>Kol mg</b>	<b>Só g</b>	<b>Telített Zsír sav g</b>
<b>E TARHONYALEVES</b>	GLUTÉN-TOJÁS	238	4	13	24	22	0,56	1,21
<b>BABFÓZELÉK</b>	GLUTÉN *TEJ *	458	15	22	47	18	1,07	4,74
<b>SÜLT LECSOKOLBÁSZ</b>	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	159	7	14	0	40	0,92	5,13

**Étkezés összesen:** 855 26 49 71 80 2,56 11,09

**Napi összesen:** 855 26 49 71 80 2,56 11,09

<b>SZERDA</b>	Allergének	<b>K g</b>	<b>F g</b>	<b>Zs g</b>	<b>Szh g</b>	<b>Kol mg</b>	<b>Só g</b>	<b>Telített Zsír sav g</b>
<b>E PÓRÉHAGYMALEVES</b>	TEJ *GLUTÉN *	158	4	7	17	14	0,05	2,65
<b>RÁNTOTT HALFILÉ</b>	HAL *GLUTÉN-TOJÁS *TOJÁS *	326	19	20	16	91	0,50	3,54
<b>ZÖLDSÉGES BULGUR</b>	GLUTÉN *ZELLER *	276	7	10	38	0	0,53	1,02
<b>CÉKLA SAVANYÚSÁG</b>		28	1	0	5	0	0,22	0,00

**Étkezés összesen:** 788 31 37 76 105 1,31 7,23

**Napi összesen:** 788 31 37 76 105 1,31 7,23

<b>CSÜTÖRTÖK</b>	Allergének	<b>K g</b>	<b>F g</b>	<b>Zs g</b>	<b>Szh g</b>	<b>Kol mg</b>	<b>Só g</b>	<b>Telített Zsír sav g</b>
<b>E GOMBALEVES</b>	GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER *	107	5	1	20	11	1,08	0,09
<b>TOLTOTT CSIRKECOMB</b>	TOJÁS *GLUTÉN-SZÓJA *	334	39	17	4	148	1,34	3,30
<b>RIZSKÖRET</b>		296	5	9	47	0	0,01	1,02
<b>VEGYES VÁGOTT SAVANYÚ</b>		10	1	0	2	0	0,00	0,00

**Étkezés összesen:** 747 50 27 73 159 2,44 4,42

**Napi összesen:** 747 50 27 73 159 2,44 4,42

<b>PÉNTEK</b>	Allergének	<b>K g</b>	<b>F g</b>	<b>Zs g</b>	<b>Szh g</b>	<b>Kol mg</b>	<b>Só g</b>	<b>Telített Zsír sav g</b>
<b>E GULYÁSLEVES</b>	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	351	14	23	17	44	1,26	2,68
<b>LEKVÁROS DERELYE</b>	GLUTÉN-TEJ *GLUTÉN-TEJ-TOJÁS	379	9	11	59	0	1,00	1,14
<b>NARANCS</b>		74	1	3	15	0	0,01	0,00

**Étkezés összesen:** 804 24 37 91 44 2,27 3,82

**Napi összesen:** 804 24 37 91 44 2,27 3,82



HÉTFŐ		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsirsav g
T	GABONAPEHELY	GLUTÉN-SZÓJA-MOGYORÓ *	126	3	2	27	0	0,32	0,00
	TEJ	TEJ *	100	7	3	11	10	0,20	1,62
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>226</b>	<b>10</b>	<b>5</b>	<b>38</b>	<b>10</b>	<b>0,52</b>	<b>1,62</b>
E	ZÖLDSÉGLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	158	7	1	29	46	0,61	0,40
	HÚSGALUSKA LEVESBETÉT	TOJÁS *GLUTÉN-TOJÁS *	167	9	10	9	49	0,13	1,37
	KRUMPLIS TÉSZTA	GLUTÉN-TOJÁS *	412	11	12	59	50	0,81	1,57
	CSEMEGE UBORKA		4	0	0	1	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>741</b>	<b>27</b>	<b>23</b>	<b>98</b>	<b>145</b>	<b>1,56</b>	<b>3,36</b>
U	TURISTA FELVÁGOTT	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	60	4	5	0	17	0,31	1,72
	RÁMA-VITAMINOS	TEJ *	78	0	7	0	0	0,00	0,00
	PAPRIKA TV		6	0	0	1	0	0,00	0,00
	KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ	GLUTÉN-SZÓJA *	119	5	1	22	0	0,60	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>263</b>	<b>9</b>	<b>13</b>	<b>23</b>	<b>17</b>	<b>0,91</b>	<b>1,73</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1230</b>	<b>46</b>	<b>41</b>	<b>159</b>	<b>172</b>	<b>3,00</b>	<b>6,71</b>
KEDD		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsirsav g
T	TOJÁSKARIKA	TOJÁS *	34	3	2	0	90	0,00	0,93
	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
	TEA		63	0	0	15	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>221</b>	<b>5</b>	<b>9</b>	<b>24</b>	<b>90</b>	<b>0,31</b>	<b>0,93</b>
E	TARHONYALEVES	GLUTÉN-TOJÁS	223	5	8	30	29	0,09	0,59
	BABFŐZELÉK	GLUTÉN *TEJ *	306	10	15	31	18	0,07	3,94
	SÜLT LECSOKOLBÁSZ	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	198	11	17	0	65	1,49	7,58
	KENYÉR - FŐZELÉKHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	104	3	0	19	0	0,80	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>831</b>	<b>29</b>	<b>40</b>	<b>80</b>	<b>112</b>	<b>2,47</b>	<b>12,13</b>
U	VANÍLIAPUDING BANÁNNAL	TEJ *	280	9	4	56	10	0,28	1,62
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>280</b>	<b>9</b>	<b>4</b>	<b>56</b>	<b>10</b>	<b>0,28</b>	<b>1,62</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1332</b>	<b>43</b>	<b>53</b>	<b>160</b>	<b>212</b>	<b>3,07</b>	<b>14,68</b>
SZERDA		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsirsav g
T	KENÓMÁJAS	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	57	2	5	0	38	0,27	0,00
	PARADICSOM		9	0	0	2	0	0,00	0,00
	KENYÉR-BARNA	GLUTÉN-SZÓJA *	179	6	1	37	0	1,05	0,00
	LIMONÁDÉ		44	0	1	10	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>289</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>49</b>	<b>38</b>	<b>1,32</b>	<b>0,00</b>
E	PÓRÉHAGYMALEVES	TEJ *GLUTÉN *	161	3	9	14	8	0,03	1,99
	RÁNTOTT HALFILÉ	TOJÁS *GLUTÉN-TOJÁS *HAL *	267	18	12	20	83	0,01	2,52
	ZÖLDSÉGES BULGUR	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	362	9	14	48	0	0,03	1,48
	CÉKLA SAVANYÚSÁG		25	1	0	5	0	0,19	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>815</b>	<b>31</b>	<b>35</b>	<b>87</b>	<b>91</b>	<b>0,27</b>	<b>6,01</b>
U	TÚRÓSBATYU	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	230	7	3	30	0	0,75	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>230</b>	<b>7</b>	<b>3</b>	<b>30</b>	<b>0</b>	<b>0,75</b>	<b>0,00</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1334</b>	<b>46</b>	<b>45</b>	<b>166</b>	<b>129</b>	<b>2,35</b>	<b>6,01</b>
CSÜTÖRTÖK		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsirsav g
T	LAPKA SAJT	TEJ *	56	3	4	0	10	0,52	2,00
	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 KIFLI	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	0,00
	TEJESKÁVÉ	TEJ *	148	7	3	22	10	0,20	1,62
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>454</b>	<b>23</b>	<b>29</b>	<b>47</b>	<b>20</b>	<b>1,22</b>	<b>3,62</b>
E	GOMBALEVES	GLUTÉN-TOJÁS	89	4	1	16	12	0,04	0,10

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>CSÜTÖRTÖK</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>E TOLTOTT CSIRKECOMB</b>	TOJÁS *GLUTÉN-SZÓJA *		235	26	12	4	107	1,08	2,32
<b>RIZSKÖRET</b>			358	7	8	62	0	0,01	0,91
<b>VEGYES VÁGOTT SAVANYÚ</b>			10	1	0	2	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>692</b>	<b>38</b>	<b>21</b>	<b>84</b>	<b>119</b>	<b>1,14</b>	<b>3,34</b>
<b>U ALMA</b>			65	1	0	15	0	0,02	0,00
<b>JO REGGELT KEKSZ</b>			53	1	2	8	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>118</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>23</b>	<b>0</b>	<b>0,02</b>	<b>0,00</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1264</b>	<b>63</b>	<b>52</b>	<b>154</b>	<b>139</b>	<b>2,38</b>	<b>6,96</b>
<b>PÉNTEK</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>T MELEGSZENDVICS</b>	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *GLUTÉN-SZÓJA *		296	9	21	10	34	1,26	4,31
<b>TEA</b>			63	0	0	15	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>359</b>	<b>9</b>	<b>21</b>	<b>25</b>	<b>34</b>	<b>1,26</b>	<b>4,31</b>
<b>E GULYÁSLEVES</b>	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR		303	13	22	10	44	0,26	2,56
<b>KENYÉR-T.KIÖRLÉSŰ-LEVESHEZ</b>	GLUTÉN-SZÓJA *		74	3	1	14	0	0,37	0,00
<b>LEKVÁROS DERELYE</b>	GLUTÉN-TEJ *GLUTÉN-TEJ-TOJÁS		312	7	11	45	0	0,50	1,14
<b>NARANCS</b>			74	1	3	15	0	0,01	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>763</b>	<b>24</b>	<b>37</b>	<b>84</b>	<b>44</b>	<b>1,15</b>	<b>3,71</b>
<b>U CROISSANT - SAJTOS</b>	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *		111	4	3	28	0	0,58	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>111</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>28</b>	<b>0</b>	<b>0,58</b>	<b>0,00</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1233</b>	<b>37</b>	<b>61</b>	<b>137</b>	<b>78</b>	<b>3,00</b>	<b>8,02</b>



<b>HÉTFŐ</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsirsav g
<b>T</b>	GABONAPEHELY	GLUTÉN-SZÓJA-MOGYORÓ *	47	1	1	10	0	0,12	0,00
	TEJ	TEJ *	75	5	2	8	8	0,15	1,21
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>122</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>18</b>	<b>8</b>	<b>0,27</b>	<b>1,22</b>
<b>E</b>	ZÖLDSÉGLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	103	5	1	19	29	0,08	0,24
	HÚSGALUSKA LEVESBETÉT	TOJÁS *GLUTÉN-TOJÁS *	150	8	10	6	42	0,13	1,30
	KRUMPLIS TÉSZTA	GLUTÉN-TOJÁS *	464	13	13	69	58	0,43	1,63
	CSEMEGE UBORKA		5	0	0	1	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>722</b>	<b>26</b>	<b>24</b>	<b>95</b>	<b>129</b>	<b>0,66</b>	<b>3,19</b>
<b>U</b>	TURISTA FELVÁGOTT	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	16	1	1	0	5	0,08	0,46
	RÁMA-VITAMINOS	TEJ *	33	0	3	0	0	0,00	0,00
	PAPRIKA TV		8	0	0	1	0	0,00	0,00
	KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ	GLUTÉN-SZÓJA *	89	4	1	17	0	0,45	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>146</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>18</b>	<b>5</b>	<b>0,53</b>	<b>0,46</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>990</b>	<b>37</b>	<b>32</b>	<b>131</b>	<b>142</b>	<b>1,46</b>	<b>4,87</b>
<b>KEDD</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsirsav g
<b>T</b>	TOJÁSKARIKA	TOJÁS *	34	3	2	0	90	0,00	0,93
	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
	TEA		33	0	0	8	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>131</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>13</b>	<b>90</b>	<b>0,20</b>	<b>0,93</b>
<b>E</b>	TARHONYALEVES	GLUTÉN-TOJÁS	122	3	4	16	14	0,05	0,35
	BAB FOZELEK	GLUTÉN *TEJ *	241	10	10	27	9	0,04	2,19
	SÜLT LECSOKOLBÁSZ	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	115	5	10	0	30	0,69	3,77
	KENYÉR - FÓZELEKHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	65	2	0	12	0	0,50	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>543</b>	<b>20</b>	<b>24</b>	<b>55</b>	<b>53</b>	<b>1,29</b>	<b>6,32</b>
<b>U</b>	VANÍLIAPUDING BANÁNNAL	TEJ *	280	9	4	56	10	0,28	1,62
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>280</b>	<b>9</b>	<b>4</b>	<b>56</b>	<b>10</b>	<b>0,28</b>	<b>1,62</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>954</b>	<b>33</b>	<b>33</b>	<b>124</b>	<b>153</b>	<b>1,78</b>	<b>8,87</b>
<b>SZERDA</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsirsav g
<b>T</b>	KENÓMÁJAS	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	17	1	2	0	11	0,08	0,00
	PARADICSOM		7	0	0	1	0	0,00	0,00
	KENYÉR-BARNA	GLUTÉN-SZÓJA *	77	2	0	16	0	0,45	0,00
	LIMONÁDÉ		44	0	1	10	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>145</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>27</b>	<b>11</b>	<b>0,53</b>	<b>0,00</b>
<b>E</b>	PÓRÉHAGYMALEVES	GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR *	123	2	7	11	7	0,03	1,67
	RÁNTOTT HALFILÉ	TOJÁS *GLUTÉN-TOJÁS *HAL *	234	17	12	13	81	0,01	2,50
	ZÖLDSÉGES BULGUR	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	248	6	10	31	0	0,01	1,14
	CÉKLA SAVANYÚSÁG		9	0	0	2	0	0,07	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>614</b>	<b>25</b>	<b>29</b>	<b>57</b>	<b>88</b>	<b>0,12</b>	<b>5,32</b>
<b>U</b>	TÚRÓSBATYU	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	230	7	3	30	0	0,75	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>230</b>	<b>7</b>	<b>3</b>	<b>30</b>	<b>0</b>	<b>0,75</b>	<b>0,00</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>989</b>	<b>35</b>	<b>35</b>	<b>114</b>	<b>99</b>	<b>1,41</b>	<b>5,32</b>
<b>CSÜTÖRTÖK</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsirsav g
<b>T</b>	LAPKA SAJT	TEJ *	8	1	1	0	2	0,07	0,30
	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 KIFLI	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	0,00
	TEJESKÁVÉ	TEJ *	128	7	3	17	10	0,20	1,62
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>353</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>44</b>	<b>12</b>	<b>0,77</b>	<b>1,92</b>
<b>E</b>	GOMBALEVES	GLUTÉN-TOJÁS	71	3	0	13	7	0,03	0,06

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>CSÜTÖRTÖK</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>E TOLTOTT CSIRKECOMB</b>	TOJÁS *GLUTÉN-SZÓJA *		259	32	12	3	125	0,27	2,56
<b>RIZSKÖRET</b>			259	5	5	47	0	0,02	0,57
<b>VEGYES VÁGOTT SAVANYÚ</b>			9	1	0	2	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>598</b>	<b>41</b>	<b>17</b>	<b>65</b>	<b>132</b>	<b>0,32</b>	<b>3,20</b>
<b>U ALMA</b>			32	0	0	7	0	0,01	0,00
<b>JO REGGELT KEKSZ</b>			53	1	2	8	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>85</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>15</b>	<b>0</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1036</b>	<b>64</b>	<b>41</b>	<b>124</b>	<b>144</b>	<b>1,11</b>	<b>5,12</b>
<b>PÉNTEK</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>T MELEGSZENDVICS</b>	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *GLUTÉN-SZÓJA *		151	5	9	10	14	0,76	1,75
<b>TEA</b>			33	0	0	8	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>184</b>	<b>5</b>	<b>9</b>	<b>18</b>	<b>14</b>	<b>0,76</b>	<b>1,76</b>
<b>E GULYÁSLEVES</b>	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR		189	8	14	5	26	0,15	1,66
<b>KENYÉR-T.KIÖRLÉSŰ-LEVESHEZ</b>	GLUTÉN-SZÓJA *		44	2	0	8	0	0,22	0,00
<b>LEKVÁROS DERELYE</b>	GLUTÉN-TEJ *GLUTÉN-TEJ-TOJÁS		241	5	9	34	0	0,00	0,91
<b>NARANCS</b>			74	1	3	15	0	0,01	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>548</b>	<b>16</b>	<b>26</b>	<b>62</b>	<b>26</b>	<b>0,40</b>	<b>2,58</b>
<b>U CROISSANT - SAJTOS</b>	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *		111	4	3	28	0	0,58	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>111</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>28</b>	<b>0</b>	<b>0,58</b>	<b>0,00</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>843</b>	<b>25</b>	<b>38</b>	<b>108</b>	<b>40</b>	<b>1,74</b>	<b>4,34</b>