



<b>HÉTFŐ</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír-sav g
<b>E ZÖLDBORSÓLEVES-ZÖLDSÉGES</b>	GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER *		164	8	1	29	18	0,66	0,15
<b>LASAGNE SAJTTAL</b>	GLUTÉN-TOJÁS *TEJ *GLUTÉN *TEJ *		644	32	28	60	120	1,49	7,96
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>808</b>	<b>40</b>	<b>29</b>	<b>89</b>	<b>138</b>	<b>2,16</b>	<b>8,13</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>808</b>	<b>40</b>	<b>29</b>	<b>89</b>	<b>138</b>	<b>2,16</b>	<b>8,13</b>
<b>KEDD</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír-sav g
<b>E LEBBENCSELEVES</b>	GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER *		297	6	11	37	22	0,60	1,32
<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>844</b>	<b>29</b>	<b>35</b>	<b>92</b>	<b>78</b>	<b>2,34</b>	<b>5,56</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>844</b>	<b>29</b>	<b>35</b>	<b>92</b>	<b>78</b>	<b>2,34</b>	<b>5,56</b>
<b>SZERDA</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>BURGONYAFOZELEK</b>	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR		337	5	20	29	18	1,08	4,51
<b>VAGDALT POGACSA HALBOL</b>	HAL *TOJÁS *GLUTÉN-SZÓJA *GLUTÉN-TOJÁS		386	19	14	13	79	1,00	2,91
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>809</b>	<b>28</b>	<b>35</b>	<b>57</b>	<b>104</b>	<b>2,70</b>	<b>7,51</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>809</b>	<b>28</b>	<b>35</b>	<b>57</b>	<b>104</b>	<b>2,70</b>	<b>7,51</b>
<b>CSÜTÖRTÖK</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír-sav g
<b>E GYÜMÖLCSLEVES</b>	GLUTÉN *TEJ *		310	4	12	42	36	0,12	6,06
<b>SÜLT CSIRKECOMB</b>	TEJ *		183	17	12	0	74	1,11	2,94
<b>BULGURKÖRET</b>	GLUTÉN *ZELLER *		248	6	9	35	0	1,02	0,91
<b>CÉKLA SAVANYÚSÁG</b>			28	1	0	5	0	0,22	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>769</b>	<b>28</b>	<b>33</b>	<b>82</b>	<b>110</b>	<b>2,48</b>	<b>9,92</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>769</b>	<b>28</b>	<b>33</b>	<b>82</b>	<b>110</b>	<b>2,48</b>	<b>9,92</b>
<b>PÉNTEK</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír-sav g
<b>E GULYÁSLEVES</b>	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR		351	14	23	17	44	1,26	2,68
<b>TÚRÓGOMBÓC</b>	GLUTÉN-TEJ-TOJÁSGLUTÉN-TOJÁS *		357	12	18	33	0	1,50	1,36
<b>NARANCS</b>			74	1	3	15	0	0,01	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>782</b>	<b>27</b>	<b>44</b>	<b>65</b>	<b>44</b>	<b>2,77</b>	<b>4,05</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>782</b>	<b>27</b>	<b>44</b>	<b>65</b>	<b>44</b>	<b>2,77</b>	<b>4,05</b>



HÉTFŐ		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
Étkezés összesen:			309	9	13	37	28	0,22	3,90
E	ZÖLDBORSÓLEVES-ZÖLDSEGES LASAGNE SAJTAL	GLUTÉN-TOJÁS GLUTÉN-TOJÁS *TEJ *GLUTÉN *TEJ *	163 442	8 22	1 18	29 44	14 87	0,31 0,70	0,12 5,07
Étkezés összesen:			605	30	19	73	101	1,01	5,20
U	SONKAKRÉM	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *MUSTÁR	82	4	7	0	25	0,41	2,11
	PAPRIKA TV		6	0	0	1	0	0,00	0,00
	TELJES KIÓRLÉSŰ ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	0,00
Étkezés összesen:			243	16	22	23	25	0,91	2,11
Napi összesen:			1157	55	54	133	154	2,15	11,21
KEDD		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír-sav g
T	SAJT TOMLOS	TEJ *	29	1	2	0	0	0,18	1,62
	PARADICSOM		9	0	0	2	0	0,00	0,00
	TELJES KIÓRLÉSŰ KIFLI	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	0,00
	LIMONÁDÉ		44	0	1	10	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			237	13	18	34	0	0,68	1,62
E	LEBBENCSELEVES	GLUTÉN-TOJÁS	194	4	6	27	14	0,08	0,69
	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
Étkezés összesen:			871	35	35	95	91	0,73	6,11
U	VAJAS MÉZ	TEJ *	85	0	6	5	0	0,00	0,00
	KENYÉR	GLUTÉN-SZÓJA *	130	4	1	24	0	1,00	0,00
Étkezés összesen:			215	4	7	29	0	1,00	0,00
Napi összesen:			1323	52	60	158	91	2,42	7,73
SZERDA		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír-sav g
T	SZALÁMI	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	26	1	2	0	6	0,16	0,80
	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
Étkezés összesen:			213	3	9	24	6	0,47	0,81
E	ZÖLDSÉGLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	158	7	1	29	46	0,61	0,40
	BURGONYAFŐZELEK	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	234	4	11	24	12	0,06	2,82
	VAGDALT POGACSA HALBOL	HAL *TOJÁS *GLUTÉN-SZÓJA *GLUTÉN-TOJÁS	297	18	8	12	76	0,21	2,07
	KENYÉR-T. KIÓRL. -FŐZELEKHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	89	4	1	17	0	0,45	0,00
Étkezés összesen:			778	33	21	82	134	1,34	5,30
U	BANÁN		61	1	0	16	0	0,03	0,00
	TÚRÓRÚDI	TEJ *	203	5	10	22	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			264	6	10	38	0	0,03	0,00
Napi összesen:			1255	42	40	144	140	1,85	6,11
CSÜTÖRTÖK		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír-sav g
T	FŐTT TOJÁS	TOJÁS *	96	5	8	0	180	0,00	2,17
	RÁMA-VITAMINOS	TEJ *	78	0	7	0	0	0,00	0,00
	PAPRIKA PRITAMIN		17	1	0	3	0	0,00	0,00
	ROZSKENYÉR	GLUTÉN-SZÓJA *	143	4	1	30	0	0,87	0,00
	TEJ	TEJ *	100	7	3	11	10	0,20	1,62
Étkezés összesen:			434	17	19	44	190	1,07	3,80
E	GYÜMÖLCSLEVES	GLUTÉN *TEJ *	213	3	10	26	30	0,10	5,05
	SÜLT CSIRKECOMB	TEJ *	169	15	12	0	67	0,11	2,81
	BULGURKÖRET	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	230	5	10	28	0	0,01	1,14
	CÉKLA SAVANYÚSÁG		25	1	0	5	0	0,19	0,00

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>Étkezés összesen:</b>		<b>637</b>	<b>24</b>	<b>32</b>	<b>59</b>	<b>97</b>	<b>0,42</b>	<b>9,01</b>
<b>U MOGYORÓKRÉM</b>	MOGYORÓ-SZÓJA-TEJ-DIÓFÉLE *	104	1	6	11	0	0,00	0,00
<b>KENYÉR</b>	GLUTÉN-SZÓJA *	130	4	1	24	0	1,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>		<b>234</b>	<b>5</b>	<b>7</b>	<b>35</b>	<b>0</b>	<b>1,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Napi összesen:</b>		<b>1305</b>	<b>46</b>	<b>58</b>	<b>138</b>	<b>287</b>	<b>2,49</b>	<b>12,81</b>
<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 Zsirsav g</b>
<b>T LECSO</b>		80	1	6	4	0	0,01	0,68
<b>KENYÉR-KORPÁS</b>	GLUTÉN-SZÓJA *	112	4	0	23	0	0,60	0,00
<b>TEA</b>		63	0	0	15	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>		<b>255</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>42</b>	<b>0</b>	<b>0,61</b>	<b>0,68</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>TÚRÓGOMBÓC</b>	GLUTÉN-TEJ-TOJÁSGLUTÉN-TOJÁS *	405	13	20	39	0	1,20	1,48
<b>Étkezés összesen:</b>		<b>782</b>	<b>29</b>	<b>43</b>	<b>63</b>	<b>44</b>	<b>1,83</b>	<b>4,05</b>
<b>U NARANCS</b>		74	1	3	15	0	0,01	0,00
<b>PEREC</b>	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	116	3	6	13	0	0,62	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>		<b>190</b>	<b>4</b>	<b>9</b>	<b>28</b>	<b>0</b>	<b>0,63</b>	<b>0,00</b>
<b>Napi összesen:</b>		<b>1227</b>	<b>38</b>	<b>58</b>	<b>133</b>	<b>44</b>	<b>3,09</b>	<b>4,73</b>



<b>HÉTFŐ</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	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>	ZÖLDBORSÓLEVES-ZÖLDSEGES	GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER *	140	7	1	25	14	0,08	0,12
	LASAGNE - SAJTAL	GLUTÉN-TOJÁS *TEJ *GLUTÉN *TEJ *	475	23	27	31	90	0,74	7,20
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>615</b>	<b>30</b>	<b>28</b>	<b>56</b>	<b>104</b>	<b>0,83</b>	<b>7,33</b>
<b>U</b>	SONKAKRÉM	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	48	2	4	0	14	0,20	1,20
	PAPRIKA TV		8	0	0	1	0	0,00	0,00
	TELJES KIÓRLÉSŰ ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	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>52</b>	<b>49</b>	<b>121</b>	<b>126</b>	<b>1,70</b>	<b>9,76</b>
<b>KEDD</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsírsv g
<b>T</b>	SAJT TOMLOS	TEJ *	13	1	1	0	0	0,08	0,72
	PARADICSOM		7	0	0	1	0	0,00	0,00
	TELJES KIÓRLÉSŰ KIFLI	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	0,00
	LIMONÁDÉ		44	0	1	10	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>219</b>	<b>13</b>	<b>17</b>	<b>33</b>	<b>0</b>	<b>0,58</b>	<b>0,72</b>
<b>E</b>	LEBBENCSELEVES	GLUTÉN-TOJÁS	126	3	6	15	11	0,04	0,66
	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>627</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>66</b>	<b>67</b>	<b>0,58</b>	<b>4,64</b>
<b>U</b>	VAJAS MÉZ	TEJ *	72	0	5	5	0	0,00	0,00
	KENYÉR	GLUTÉN-SZÓJA *	104	3	0	19	0	0,80	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>176</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>24</b>	<b>0</b>	<b>0,80</b>	<b>0,00</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1022</b>	<b>42</b>	<b>49</b>	<b>123</b>	<b>67</b>	<b>1,96</b>	<b>5,36</b>
<b>SZERDA</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsírsv g
<b>T</b>	SZALÁMI	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	15	1	1	0	3	0,09	0,48
	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>112</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>13</b>	<b>3</b>	<b>0,30</b>	<b>0,48</b>
<b>E</b>	ZÖLDSÉGLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	103	5	1	19	29	0,08	0,24
	BURGONYAFŐZELEK	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	234	4	12	23	18	0,08	3,65
	VAGDALT POGACSA HALBOL	HAL *TOJÁS *GLUTÉN-SZÓJA *GLUTÉN-TOJÁS	232	13	9	7	51	0,11	1,82
	KENYÉR-T.KIÓRL.-FŐZELEKHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	44	2	0	8	0	0,22	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>613</b>	<b>24</b>	<b>22</b>	<b>57</b>	<b>98</b>	<b>0,50</b>	<b>5,73</b>
<b>U</b>	BANÁN		61	1	0	16	0	0,03	0,00
	TÚRÓRÚDI	TEJ *	203	5	10	22	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>264</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>38</b>	<b>0</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>989</b>	<b>32</b>	<b>36</b>	<b>108</b>	<b>101</b>	<b>0,85</b>	<b>6,21</b>
<b>CSÜTÖRTÖK</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsírsv g
<b>T</b>	FŐTT TOJÁS	TOJÁS *	34	3	2	0	90	0,00	0,93
	RÁMA-VITAMINOS	TEJ *	33	0	3	0	0	0,00	0,00
	PAPRIKA PRITAMIN		29	2	0	5	0	0,00	0,00
	ROZSKENYÉR	GLUTÉN-SZÓJA *	120	4	1	25	0	0,72	0,00
	TEJ	TEJ *	75	5	2	8	8	0,15	1,21
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>291</b>	<b>14</b>	<b>8</b>	<b>38</b>	<b>98</b>	<b>0,87</b>	<b>2,15</b>
<b>E</b>	GYÜMÖLCSLEVES	GLUTÉN *TEJ *	198	3	10	22	30	0,10	5,05
	SÜLT CSIRKECOMB	TEJ *	125	15	7	0	58	0,10	1,67
	BULGURKÖRET	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	245	6	8	35	0	0,01	0,91
	CÉKLA SAVANYÚSÁG		9	0	0	2	0	0,07	0,00

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>Étkezés összesen:</b>		<b>577</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>59</b>	<b>88</b>	<b>0,29</b>	<b>7,64</b>
<b>U MOGYORÓKRÉM</b>	MOGYORÓ-SZÓJA-TEJ-DIÓFÉLE *	52	1	3	5	0	0,00	0,00
<b>KENYÉR</b>	GLUTÉN-SZÓJA *	104	3	0	19	0	0,80	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>		<b>156</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>24</b>	<b>0</b>	<b>0,80</b>	<b>0,00</b>
<b>Napi összesen:</b>		<b>1024</b>	<b>42</b>	<b>36</b>	<b>121</b>	<b>186</b>	<b>1,96</b>	<b>9,79</b>
<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 Zsirsav g</b>
<b>T LECSO</b>		57	1	4	3	0	0,01	0,45
<b>KENYÉR-KORPÁS</b>	GLUTÉN-SZÓJA *	93	3	0	19	0	0,50	0,00
<b>TEA</b>		33	0	0	8	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>		<b>183</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>30</b>	<b>0</b>	<b>0,51</b>	<b>0,46</b>
<b>E GULYÁSLEVES</b>	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	240	10	17	8	34	0,20	2,01
<b>KENYÉR-T.KIÖRLÉSŰ-LEVESHEZ</b>	GLUTÉN-SZÓJA *	30	1	0	6	0	0,15	0,00
<b>TÚRÓGOMBÓC</b>	GLUTÉN-TEJ *GLUTÉN-TEJ-TOJÁS	266	11	10	29	0	0,01	0,45
<b>Étkezés összesen:</b>		<b>536</b>	<b>22</b>	<b>27</b>	<b>43</b>	<b>34</b>	<b>0,36</b>	<b>2,48</b>
<b>U NARANCS</b>		74	1	3	15	0	0,01	0,00
<b>PEREC</b>	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	116	3	6	13	0	0,62	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>		<b>190</b>	<b>4</b>	<b>9</b>	<b>28</b>	<b>0</b>	<b>0,63</b>	<b>0,00</b>
<b>Napi összesen:</b>		<b>909</b>	<b>30</b>	<b>40</b>	<b>101</b>	<b>34</b>	<b>1,51</b>	<b>2,94</b>