



<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 CSONTLEVES</b>		ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS *	255	10	2	47	43	0,16	0,37
<b>PAPRIKÁS BURGONYA</b>		SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	553	20	34	31	100	2,53	12,65
<b>CSEMEGE UBORKA</b>			2	0	0	0	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>810</b>	<b>30</b>	<b>36</b>	<b>78</b>	<b>143</b>	<b>2,69</b>	<b>13,02</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>810</b>	<b>30</b>	<b>36</b>	<b>78</b>	<b>143</b>	<b>2,69</b>	<b>13,02</b>

<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 ZÖLDBORSÓLEVES-ZÖLDSÉGES</b>		GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER *	164	8	1	29	18	0,66	0,15
<b>RÁNTOTT BORDA</b>		GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS *	242	17	12	16	76	1,19	2,81
<b>TÉSZTASALÁTA</b>		GLUTÉN-TOJÁS *TOJÁS-MUSTÁR *TEJ *MUSTÁR	339	9	14	43	61	0,80	4,03
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>745</b>	<b>34</b>	<b>27</b>	<b>88</b>	<b>155</b>	<b>2,66</b>	<b>7,02</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>745</b>	<b>34</b>	<b>27</b>	<b>88</b>	<b>155</b>	<b>2,66</b>	<b>7,02</b>

<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 EPERLEVES</b>			85	1	0	17	0	1,00	0,00
<b>SÜLT CSIRKECOMB</b>		TEJ *	237	25	14	1	104	1,16	3,47
<b>ZÖLDSÉGES RIZS</b>		ZELLER *	387	8	9	66	0	0,54	1,02
<b>CÉKLA SAVANYÚSÁG</b>			28	1	0	5	0	0,22	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>737</b>	<b>35</b>	<b>23</b>	<b>89</b>	<b>104</b>	<b>2,93</b>	<b>4,50</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>737</b>	<b>35</b>	<b>23</b>	<b>89</b>	<b>104</b>	<b>2,93</b>	<b>4,50</b>



<b>HÉTFŐ</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>T</b>	SAJTOS PARIZER	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	32	2	3	0	11	0,31	0,60
	RÁMA-VITAMINOS	TEJ *	78	0	7	0	0	0,00	0,00
	PAPRIKA PRITAMIN		17	1	0	3	0	0,00	0,00
	KENYÉR SPEC. - T	GLUTÉN-SZÓJA *	65	2	0	12	0	0,50	0,00
	LIMONÁDÉ		44	0	1	10	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>236</b>	<b>5</b>	<b>11</b>	<b>25</b>	<b>11</b>	<b>0,81</b>	<b>0,61</b>
<b>E</b>	CSONTLEVES	GLUTÉN-TOJÁS	128	5	1	23	18	0,11	0,17
	PAPRIKÁS BURGONYA	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	719	22	29	70	90	2,15	11,17
	CSEMEGE UBORKA		4	0	0	1	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>851</b>	<b>27</b>	<b>30</b>	<b>94</b>	<b>108</b>	<b>2,26</b>	<b>11,34</b>
<b>Ü</b>	GYÜMÖLCSSALÁTA		112	2	1	26	0	0,03	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>112</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>26</b>	<b>0</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1199</b>	<b>34</b>	<b>42</b>	<b>145</b>	<b>119</b>	<b>3,11</b>	<b>11,95</b>
<b>KEDD</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>T</b>	SZERELMESLEVÉL	GLUTÉN *	286	2	16	32	0	0,60	0,00
	TEJ	TEJ *	100	7	3	11	10	0,20	1,62
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>386</b>	<b>9</b>	<b>19</b>	<b>43</b>	<b>10</b>	<b>0,80</b>	<b>1,62</b>
<b>E</b>	ZÖLDBORSÓLEVES-ZÖLDSÉGES	GLUTÉN-TOJÁS	163	8	1	29	14	0,31	0,12
	RÁNTOTT BORDA	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS *	240	21	10	15	83	0,26	3,08
	TÉSZTASALÁTA	GLUTÉN-TOJÁS *TOJÁS-MUSTÁR *TEJ *MUSTÁR	248	6	12	28	43	0,26	3,40
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>651</b>	<b>35</b>	<b>23</b>	<b>72</b>	<b>140</b>	<b>0,84</b>	<b>6,62</b>
<b>Ü</b>	KENÓMÁJAS	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	67	3	6	0	45	0,32	0,00
	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
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>228</b>	<b>15</b>	<b>21</b>	<b>23</b>	<b>45</b>	<b>0,82</b>	<b>0,00</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1265</b>	<b>59</b>	<b>63</b>	<b>138</b>	<b>195</b>	<b>2,47</b>	<b>8,24</b>
<b>SZERDA</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>T</b>	VIRSLI	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	50	5	3	0	19	0,52	1,91
	MUSTÁR	MUSTÁR	3	0	0	0	0	0,06	0,00
	KENYÉR-KORPÁS	GLUTÉN-SZÓJA *	112	4	0	23	0	0,60	0,00
	TEA		63	0	0	15	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>228</b>	<b>9</b>	<b>3</b>	<b>38</b>	<b>19</b>	<b>1,19</b>	<b>1,92</b>
<b>E</b>	EPERLEVES		74	1	1	14	0	0,30	0,00
	SÜLT CSIRKECOMB	TEJ *	233	19	17	1	89	0,14	4,02
	ZÖLDSÉGES RIZS	GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR *	396	7	13	59	0	0,04	1,48
	CÉKLA SAVANYÚSÁG		25	1	0	5	0	0,19	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>728</b>	<b>28</b>	<b>31</b>	<b>79</b>	<b>89</b>	<b>0,69</b>	<b>5,51</b>
<b>Ü</b>	JOGHURT	TEJ *	80	9	9	9	24	0,10	3,41
	KIFLI - ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	80	2	0	10	0	0,45	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>160</b>	<b>11</b>	<b>9</b>	<b>19</b>	<b>24</b>	<b>0,55</b>	<b>3,41</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1116</b>	<b>48</b>	<b>43</b>	<b>136</b>	<b>132</b>	<b>2,44</b>	<b>10,84</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>HÉTFŐ</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>T</b>	SAJTOS PARIZER	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	28	2	2	0	10	0,27	0,52
	RÁMA-VITAMINOS	TEJ *	33	0	3	0	0	0,00	0,00
	PAPRIKA PRITAMIN		29	2	0	5	0	0,00	0,00
	KENYÉR SPEC. - T	GLUTÉN-SZÓJA *	39	1	0	7	0	0,30	0,00
	LIMONÁDÉ		44	0	1	10	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>173</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>22</b>	<b>10</b>	<b>0,57</b>	<b>0,53</b>
<b>E</b>	CSONTLEVES	GLUTÉN-TOJÁS	77	3	1	14	11	0,06	0,09
	PAPRIKÁS BURGONYA	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	681	20	26	70	80	1,91	9,91
	CSEMEGE UBORKA		5	0	0	1	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>763</b>	<b>23</b>	<b>27</b>	<b>85</b>	<b>91</b>	<b>1,97</b>	<b>10,01</b>
<b>Ü</b>	GYÜMÖLCSSALÁTA		66	1	1	15	0	0,02	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>66</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>15</b>	<b>0</b>	<b>0,02</b>	<b>0,00</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1002</b>	<b>29</b>	<b>34</b>	<b>122</b>	<b>101</b>	<b>2,57</b>	<b>10,54</b>
<b>KEDD</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>T</b>	SZERELMESLEVÉL	GLUTÉN *	286	2	16	32	0	0,60	0,00
	TEJ	TEJ *	75	5	2	8	8	0,15	1,21
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>361</b>	<b>7</b>	<b>18</b>	<b>40</b>	<b>8</b>	<b>0,75</b>	<b>1,22</b>
<b>E</b>	ZÖLDBORSÓLEVES-ZÖLDSÉGES	GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER *	123	6	1	22	22	0,08	0,18
	RÁNTOTT BORDA	TOJÁS *GLUTÉN-TOJÁS *	146	9	7	12	38	0,10	1,49
	TÉSZTASALÁTA	GLUTÉN-TOJÁS *TOJÁS-MUSTÁR *TEJ *MUSTÁR	228	5	11	26	40	0,70	2,90
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>497</b>	<b>20</b>	<b>19</b>	<b>60</b>	<b>100</b>	<b>0,89</b>	<b>4,59</b>
<b>Ü</b>	KENÓMÁJAS	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	17	1	2	0	11	0,08	0,00
	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>180</b>	<b>13</b>	<b>17</b>	<b>23</b>	<b>11</b>	<b>0,58</b>	<b>0,00</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1038</b>	<b>40</b>	<b>54</b>	<b>123</b>	<b>119</b>	<b>2,23</b>	<b>5,81</b>
<b>SZERDA</b>		Allergének	K g	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>T</b>	VIRSLI	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	30	3	2	0	11	0,31	1,14
	MUSTÁR	MUSTÁR	3	0	0	0	0	0,06	0,00
	KENYÉR-KORPÁS	GLUTÉN-SZÓJA *	93	3	0	19	0	0,50	0,00
	TEA		33	0	0	8	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>159</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>27</b>	<b>11</b>	<b>0,88</b>	<b>1,15</b>
<b>E</b>	EPERLEVES		49	0	0	10	0	0,20	0,00
	SÜLT CSIRKECOMB	GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR *	227	17	16	2	59	0,40	2,42
	ZÖLDSÉGES RIZS	GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR *	379	7	15	52	0	0,01	1,71
	CÉKLA SAVANYÚSÁG		9	0	0	2	0	0,07	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>664</b>	<b>24</b>	<b>31</b>	<b>66</b>	<b>59</b>	<b>0,70</b>	<b>4,14</b>
<b>Ü</b>	JOGHURT	TEJ *	80	9	9	9	24	0,10	3,41
	KIFLI - ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	80	2	0	10	0	0,45	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>160</b>	<b>11</b>	<b>9</b>	<b>19</b>	<b>24</b>	<b>0,55</b>	<b>3,41</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>983</b>	<b>41</b>	<b>42</b>	<b>112</b>	<b>94</b>	<b>2,13</b>	<b>8,70</b>