

HÉTFŐ		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E DARAGALUSKA-LEVES	ZELLER	*GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	186	7	2	34	54	0,59	0,56
PAPRIKÁS BURGONYA	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR	*	553	20	34	31	100	2,53	12,65
CSEMEGE UBORKA			2	0	0	0	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			741	27	36	65	154	3,12	13,21
Napi összesen:			741	27	36	65	154	3,12	13,21
KEDD		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E ZÖLDBORSÓLEVES-ZÖLDSÉGES	GLUTÉN-TOJÁS	*ZELLER *	164	8	1	29	18	0,66	0,15
SERTÉSPAPRIKÁS	TEJ	*GLUTÉN *	352	17	27	8	66	2,58	6,53
TÉSZTAKÖRET	GLUTÉN-TOJÁS	*	328	9	12	44	43	0,28	1,51
Étkezés összesen:			844	34	40	81	127	3,53	8,21
Napi összesen:			844	34	40	81	127	3,53	8,21
SZERDA		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E GYÜMÖLCSLEVES	GLUTÉN	*TEJ *	310	4	12	42	36	0,12	6,06
SÜLT CSIRKECOMB	TEJ	*	237	25	14	1	104	1,16	3,47
BULGURKÖRET	GLUTÉN	*ZELLER *	279	8	5	49	0	1,02	0,45
CÉKLA SAVANYÚSÁG			28	1	0	5	0	0,22	0,00
Étkezés összesen:			854	38	31	97	140	2,54	9,99
Napi összesen:			854	38	31	97	140	2,54	9,99
CSÜTÖRTÖK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E GULYÁSLEVES	ZELLER	*GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	351	14	23	17	44	1,26	2,68
RÉTES - MÁKOS	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS	*	230	7	3	30	0	1,00	0,00
ALMÁS RÉTES	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS	*	230	7	3	30	0	1,00	0,00
Étkezés összesen:			811	28	29	77	44	3,26	2,68
Napi összesen:			811	28	29	77	44	3,26	2,68
PÉNTEK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E TARHONYALEVES	GLUTÉN-TOJÁS		299	6	10	40	22	0,58	0,87
MEXIKÓI PULYKATOKÁNY			236	17	14	8	53	1,30	1,85
RIZSKÖRET			304	5	8	51	0	0,01	0,91
Étkezés összesen:			839	28	32	99	75	1,89	3,65
Napi összesen:			839	28	32	99	75	1,89	3,65

HÉTFŐ		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsír-sav g
T	KAKAÓ	TEJ *	75	5	2	8	8	0,15	1,21
	KAKAÓS CSIGA	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	202	8	4	47	0	0,25	0,00
Étkezés összesen:			277	13	6	55	8	0,40	1,22
E	DARAGALUSKA-LEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	120	4	4	17	27	0,05	0,62
	PAPRIKÁS BURGONYA	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	351	9	14	36	30	0,72	4,21
	CSEMEGE UBORKA		5	0	0	1	0	0,00	0,00
	KENYÉR - FŐZELEKHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	65	2	0	12	0	0,50	0,00
Étkezés összesen:			541	15	18	66	57	1,28	4,84
U	ALMA		32	0	0	7	0	0,01	0,00
	RÁMA-VITAMINOS	TEJ *	33	0	3	0	0	0,00	0,00
	TELJES KIÖRLÉSŰ KIFLI	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	0,00
Étkezés összesen:			220	12	18	29	0	0,51	0,00
Napi összesen:			1038	40	42	150	65	2,19	6,06
KEDD		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsír-sav g
T	TEJ	TEJ *	75	5	2	8	8	0,15	1,21
	LIBAMÁJ PÁSTÉTOM	SZÓJA *	7	0	1	0	4	0,06	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
Étkezés összesen:			179	9	4	26	12	0,67	1,22
E	ZÖLDBORSÓLEVES-ZÖLDSÉGES	GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER *	123	6	1	22	22	0,08	0,18
	SERTÉSPAPRIKAS	TEJ *GLUTÉN *	197	9	16	4	33	0,28	3,55
	TÉSZTAKÖRET	GLUTÉN-TOJÁS *	270	8	10	36	36	0,11	1,22
Étkezés összesen:			590	23	27	62	91	0,48	4,96
U	ŐSZIBARACK		58	1	0	13	0	0,01	0,00
	GABONASZELET	GLUTÉN-SZÓJA-MOGYORÓ *	80	1	3	13	0	0,12	0,24
Étkezés összesen:			138	2	3	26	0	0,13	0,24
Napi összesen:			907	34	34	114	103	1,28	6,42
SZERDA		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsír-sav g
T	TEA		33	0	0	8	0	0,00	0,00
	TURISTA FELVÁGOTT	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	12	1	1	0	3	0,06	0,34
	RÁMA-VITAMINOS	TEJ *	33	0	3	0	0	0,00	0,00
	UBORKA FRISS		3	0	0	0	0	0,00	0,00
	TELJES KIÖRLÉSŰ ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	0,00
Étkezés összesen:			236	13	19	30	3	0,57	0,35
E	GYÜMÖLCSLEVES	GLUTÉN *TEJ *	198	3	10	22	30	0,10	5,05
	SÜLT CSIRKECOMB	TEJ *	140	15	8	0	61	0,10	2,05
	BULGURKÖRET	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	315	8	11	45	0	0,01	1,14
	CÉKLA SAVANYÚSÁG		9	0	0	2	0	0,07	0,00
Étkezés összesen:			662	26	29	69	91	0,29	8,25
U	POGÁCSA	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS-SZÓJA *	118	3	7	10	0	0,25	0,00
	IVÓLÉ 100 % -OS		25	0	0	6	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			143	3	7	16	0	0,25	0,00
Napi összesen:			1041	42	55	115	94	1,12	8,60
CSÜTÖRTÖK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsír-sav g
T	TEA		33	0	0	8	0	0,00	0,00
	TOJÁSRÁNTOTTA	TOJÁS *	67	2	6	0	54	0,01	1,12
	PARADICSOM		7	0	0	1	0	0,00	0,00
	KENYÉR - MAGVAS	GLUTÉN-SZÓJA-SZEZÁMMAG *	24	1	0	4	0	0,15	0,00
Étkezés összesen:			131	3	6	13	54	0,16	1,13
E	GULYÁSLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	219	8	14	12	24	0,16	1,58
	KENYÉR-T.KIÖRLÉSŰ-LEVESHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	30	1	0	6	0	0,15	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 !

CSÜTÖRTÖK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E	RÉTES - MÁKOS	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	230	7	3	30	0	1,00	0,00
	ALMÁS RÉTES	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	230	7	3	30	0	1,00	0,00
Étkezés összesen:			709	23	20	78	24	2,31	1,58
U	KEFIR	TEJ *	132	6	7	9	10	0,35	3,41
	KIFLI - ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	40	1	0	5	0	0,22	0,00
Étkezés összesen:			172	7	7	14	10	0,57	3,41
Napi összesen:			1012	33	33	105	88	3,05	6,12

PÉNTEK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
T	LIMONÁDÉ		44	0	1	10	0	0,00	0,00
	SONKA-SZENDVICS	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	5	1	0	0	3	0,07	0,07
	RÁMA-VITAMINOS	TEJ *	33	0	3	0	0	0,00	0,00
	PAPRIKA PRITAMIN		29	2	0	5	0	0,00	0,00
	BAGETT	GLUTÉN-TEJ *	35	2	0	7	0	0,25	0,00
Étkezés összesen:			146	5	4	22	3	0,32	0,07
E	TARHONYALEVES	GLUTÉN-TOJÁS	144	3	5	20	17	0,06	0,37
	MEXIKÓI PULYKATOKÁNY		169	13	10	5	41	0,50	1,31
	RIZSKÖRET		251	4	8	39	0	0,01	0,91
Étkezés összesen:			564	20	23	64	58	0,58	2,60
U	BANÁN		52	1	0	13	0	0,03	0,00
	TEJSZELET	TEJ *	118	2	8	10	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			170	3	8	23	0	0,03	0,00
Napi összesen:			880	28	35	109	61	0,93	2,67

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 !

HÉTFŐ		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E	DARAGALUSKA-LEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	154	4	6	19	27	0,08	0,85
	PAPRIKÁS BURGONYA	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	540	15	22	53	60	1,44	7,75
	CSEMEGE UBORKA		4	0	0	1	0	0,00	0,00
	KENYÉR - FŐZELÉKHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	104	3	0	19	0	0,80	0,00
Étkezés összesen:			802	22	28	92	87	2,32	8,61
Napi összesen:			802	22	28	92	87	2,32	8,61
KEDD		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E	ZÖLDBORSÓLEVES-ZÖLDSÉGES	GLUTÉN-TOJÁS	163	8	1	29	14	0,31	0,12
	SERTÉSPAPRIKÁS	TEJ *GLUTÉN *	292	15	22	6	53	0,43	5,12
	TÉSZTAKÖRET	GLUTÉN-TOJÁS *	260	7	11	33	32	0,09	1,30
Étkezés összesen:			715	30	34	68	99	0,84	6,56
Napi összesen:			715	30	34	68	99	0,84	6,56
SZERDA		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E	GYÜMÖLCSLEVES	GLUTÉN *TEJ *	213	3	10	26	30	0,10	5,05
	SÜLT CSIRKECOMB	TEJ *	233	19	17	1	89	0,14	4,02
	BULGURKÖRET	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	351	8	13	48	0	0,01	1,36
	CÉKLA SAVANYÚSÁG		25	1	0	5	0	0,19	0,00
Étkezés összesen:			822	31	40	80	119	0,46	10,45
Napi összesen:			822	31	40	80	119	0,46	10,45
CSÜTÖRTÖK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E	GULYÁSLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	294	13	21	11	41	0,26	2,42
	KENYÉR-HÚSOSLEVESHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	39	1	0	7	0	0,30	0,00
	RÉTES - MÁKOS	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	230	7	3	30	0	1,00	0,00
	ALMÁS RÉTES	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	230	7	3	30	0	1,00	0,00
Étkezés összesen:			793	28	27	78	41	2,56	2,42
Napi összesen:			793	28	27	78	41	2,56	2,42
PÉNTEK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E	TARHONYALEVES	GLUTÉN-TOJÁS	191	5	5	29	23	0,08	0,31
	MEXIKÓI PULYKATOKÁNY		211	17	11	9	49	0,50	1,44
	RIZSKÖRET		323	6	8	55	0	0,01	0,91
Étkezés összesen:			725	28	24	93	72	0,60	2,67
Napi összesen:			725	28	24	93	72	0,60	2,67