

HÉTFŐ		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E BURGONYALEVES	GLUTÉN *		141	3	0	26	0	1,01	0,00
BOLOGNAI SPAGETTI	GLUTÉN-TOJÁS *TEJ *		596	25	29	54	102	2,54	6,48
Étkezés összesen:			737	28	29	80	102	3,56	6,48
Napi összesen:			737	28	29	80	102	3,56	6,48
KEDD		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E TOJÁSLEVES	GLUTÉN *TOJÁS *		163	4	10	15	36	0,00	1,28
HENTESTOKÁNY	GLUTÉN *SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *		235	16	15	8	49	1,70	2,90
RIZSKÖRET			392	7	8	70	0	0,01	0,91
Étkezés összesen:			790	27	33	93	85	1,72	5,10
Napi összesen:			790	27	33	93	85	1,72	5,10
SZERDA		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E BROKKOLI LEVES	GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR *		97	6	1	15	9	0,38	0,09
CSIRKEPAPRIKÁS	ZELLER *TEJ *		379	25	28	5	99	1,04	6,29
TÉSZTAKÖRET	GLUTÉN-TOJÁS *		321	11	7	51	50	0,30	1,00
Étkezés összesen:			797	42	36	71	158	1,74	7,39
Napi összesen:			797	42	36	71	158	1,74	7,39
CSÜTÖRTÖK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E PARADICSOMLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER *		181	4	5	28	6	0,83	0,50
BRASSÓI APRÓPECSENYE	ZELLER *		274	20	15	13	54	1,36	3,22
SÜLT BURGONYA			260	8	27	55	0	1,00	0,35
Étkezés összesen:			715	32	47	96	60	3,20	4,08
Napi összesen:			715	32	47	96	60	3,20	4,08
PÉNTEK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E HÚSLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR		238	8	7	35	29	0,64	0,82
SÓSKAMÁRTÁS	TEJ *GLUTÉN *		291	8	10	42	24	1,08	4,04
CSIRKEMELL-NATÚR			179	15	13	0	0	1,07	1,55
Étkezés összesen:			708	31	30	77	53	2,80	6,42
Napi összesen:			708	31	30	77	53	2,80	6,42

HÉTFŐ		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsír-sav g
T	TEA		63	0	0	15	0	0,00	0,00
	HALPÁSTÉTOM	HAL *	57	5	4	0	42	0,00	1,78
	PARADICSOM		9	0	0	2	0	0,00	0,00
	TELJES KIÓRLÉSŰ KIFLI	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	0,00
Étkezés összesen:			284	17	19	39	42	0,50	1,79
E	BURGONYALEVES	GLUTÉN *	108	2	0	20	0	0,61	0,00
	BOLOGNAI SPAGETTI	GLUTÉN-TOJÁS *TEJ *	621	27	38	39	107	1,10	8,89
Étkezés összesen:			729	29	38	59	107	1,72	8,90
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:			1228	50	64	127	149	3,23	10,69
KEDD		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsír-sav g
T	KAKAÓ	TEJ *	212	8	4	34	10	0,20	2,72
	FATÖRZS KIFLI	GLUTÉN-TEJ *	226	6	4	40	0	0,50	0,00
Étkezés összesen:			438	14	8	74	10	0,70	2,72
E	TOJÁSLEVES	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	121	2	9	6	36	0,01	1,28
	HENTESTOKÁNY	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	237	14	17	6	43	0,46	3,05
	RIZSKÖRET		323	6	8	55	0	0,01	0,91
Étkezés összesen:			681	22	34	67	79	0,49	5,25
U	KENÓMAJAS	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	50	2	5	0	34	0,24	0,00
	PAPRIKA PRITAMIN		17	1	0	3	0	0,00	0,00
	TELJES KIÓRLÉSŰ ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	0,00
Étkezés összesen:			222	15	20	25	34	0,74	0,00
Napi összesen:			1341	51	62	166	123	1,94	7,97
SZERDA		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsír-sav g
T	LIMONÁDÉ		44	0	1	10	0	0,00	0,00
	SONKA-SZENDVICS	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	13	2	1	0	7	0,19	0,19
	RÁMA-VITAMINOS	TEJ *	78	0	7	0	0	0,00	0,00
	UBORKA FRISS		4	0	0	1	0	0,01	0,00
	KENYÉR-TELJES KIÓRLÉSŰ	GLUTÉN-SZÓJA *	119	5	1	22	0	0,60	0,00
Étkezés összesen:			258	7	10	33	7	0,80	0,19
E	BROKKOLI LEVES	GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR *	77	4	1	13	9	0,37	0,08
	CSIRKEPAPRIKÁS	GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR *	374	31	24	5	125	0,26	6,51
	TÉSZTAKÖRET	GLUTÉN-TOJÁS *	349	11	10	51	50	0,14	1,34
Étkezés összesen:			800	46	35	69	184	0,78	7,94
U	GYÜMÖLCSSALÁTA		86	1	0	21	0	0,03	0,00
Étkezés összesen:			86	1	0	21	0	0,03	0,00
Napi összesen:			1144	54	45	123	191	1,62	8,13
CSÜTÖRTÖK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsír-sav g
T	TEA		63	0	0	15	0	0,00	0,00
	MELEGSZENDVICS	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *GLUTÉN-SZÓJA *	296	9	21	10	34	1,26	4,31
Étkezés összesen:			359	9	21	25	34	1,26	4,31
E	PARADICSOMLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS	129	3	5	17	7	0,27	0,52
	BRASSÓI APROPECSENYE	GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR *	321	24	20	9	68	0,34	4,25
	SÜLT BURGONYA		172	5	18	34	0	0,01	0,35
Étkezés összesen:			622	32	43	60	75	0,62	5,13
U	ALMA		65	1	0	15	0	0,02	0,00
	TÚRÓRÚDI	TEJ *	203	5	10	22	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			268	6	10	37	0	0,02	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 !



Napi összesen:		1249	47	74	122	109	1,91	9,44	
PÉNTEK		Allergének				Telített			
		Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Zsirsav g	
T	TEJ	TEJ *	100	7	3	11	10	0,20	1,62
	FŐTT TOJÁS	TOJÁS *	68	5	5	0	180	0,00	1,86
	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
Étkezés összesen:		371	17	16	34	190	0,80	3,48	
E	HÚSLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	267	8	11	34	29	0,13	1,28
	SÓSKAMÁRTÁS	TEJ *GLUTÉN *	178	5	7	24	18	0,07	3,03
	CSIRKEMELL-NATÚR		160	21	8	0	0	0,11	1,06
Étkezés összesen:		605	34	26	58	47	0,32	5,37	
U	PEREC	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	116	3	6	13	0	0,62	0,00
Étkezés összesen:		116	3	6	13	0	0,62	0,00	
Napi összesen:		1092	54	48	105	237	1,75	8,85	

HÉTFŐ		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
	HALPÁSTÉTOM	HAL *	57	5	4	0	42	0,00	1,78
	PARADICSOM		7	0	0	1	0	0,00	0,00
	TELJES KIÓRLÉSŰ KIFLI	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	0,00
Étkezés összesen:			252	17	19	31	42	0,50	1,79
E	BURGONYALEVES	GLUTÉN *	80	1	3	10	0	0,60	0,34
	BOLOGNAI SPAGETTI	GLUTÉN-TOJÁS *TEJ *	503	21	29	34	87	0,77	6,32
Étkezés összesen:			583	22	32	44	87	1,37	6,66
U	VAJAS MÉZ	TEJ *	72	0	5	5	0	0,00	0,00
	KENYÉR	GLUTÉN-SZÓJA *	52	2	0	9	0	0,40	0,00
Étkezés összesen:			124	2	5	14	0	0,40	0,00
Napi összesen:			959	41	56	89	129	2,28	8,45
KEDD		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsír-sav g
T	KAKAÓ	TEJ *	180	8	4	28	10	0,20	2,31
	FATÖRZS KIFLI	GLUTÉN-TEJ *	226	6	4	40	0	0,50	0,00
Étkezés összesen:			406	14	8	68	10	0,70	2,31
E	TOJÁSLEVES	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	124	2	10	7	18	0,00	1,21
	HENTESTOKÁNY	GLUTÉN *SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	177	9	13	4	29	0,39	2,25
	RIZSKÖRET		152	2	5	23	0	0,01	0,57
Étkezés összesen:			453	13	28	34	47	0,40	4,03
U	KENÓMAJAS	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	33	1	3	0	22	0,16	0,00
	PAPRIKA PRITAMIN		29	2	0	5	0	0,00	0,00
	TELJES KIÓRLÉSŰ ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	0,00
Étkezés összesen:			217	15	18	27	22	0,66	0,00
Napi összesen:			1076	42	54	129	79	1,77	6,34
SZERDA		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	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
	UBORKA FRISS		3	0	0	0	0	0,00	0,00
	KENYÉR-TELJES KIÓRLÉSŰ	GLUTÉN-SZÓJA *	89	4	1	17	0	0,45	0,00
Étkezés összesen:			174	5	5	27	3	0,53	0,07
E	BROKKOLI LEVES	GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR *	69	4	0	11	7	0,26	0,06
	CSIRKEPAPRIKÁS	GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR *	226	19	15	3	75	0,15	3,82
	TÉSZTAKÖRET	GLUTÉN-TOJÁS *	374	9	17	44	43	0,13	2,08
Étkezés összesen:			669	32	32	58	125	0,55	5,97
U	GYÜMÖLCSSALÁTA		85	1	0	21	0	0,03	0,00
Étkezés összesen:			85	1	0	21	0	0,03	0,00
Napi összesen:			928	38	37	106	128	1,12	6,04
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
	MELEGSZENDVICS	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *GLUTÉN-SZÓJA *	151	5	9	10	14	0,76	1,75
Étkezés összesen:			184	5	9	18	14	0,76	1,76
E	PARADICSOMLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS	176	3	8	22	9	0,14	0,87
	BRASSÓI APRÓPECSENYE	GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR *	194	12	13	5	34	0,17	2,47
	SÜLT BURGONYA		119	3	12	21	0	0,00	0,35
Étkezés összesen:			489	18	33	48	43	0,32	3,70
U	ALMA		32	0	0	7	0	0,01	0,00
	TÚRÓRÚDI	TEJ *	203	5	10	22	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			235	5	10	29	0	0,01	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 !



Napi összesen:		908	28	52	95	57	1,09	5,46		
PÉNTEK		Allergének		Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsirsav g
T	TEJ	TEJ *	75	5	2	8	8	0,15	1,21	
	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 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:			239	12	8	26	98	0,60	2,15	
E	HÚSLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	326	11	7	53	50	0,18	0,89	
	SÓSKAMÁRTÁS	TEJ *GLUTÉN *	154	4	6	21	15	0,06	2,52	
	CSIRKEMELL-NATÚR		91	10	5	0	0	0,05	0,69	
Étkezés összesen:			571	25	18	74	65	0,29	4,11	
U	PEREC	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	116	3	6	13	0	0,62	0,00	
Étkezés összesen:			116	3	6	13	0	0,62	0,00	
Napi összesen:			926	40	32	113	163	1,52	6,26	