

HÉTFŐ	Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsirsav g
E ALMALEVES	GLUTÉN *TEJ *	264	5	11	34	30	0,11	5,05
FÜSZERES CSIRKESZÁRNY	ZELLER *	231	23	24	2	23	2,04	3,22
BULGURKÖRET	GLUTÉN *ZELLER *	313	10	5	56	0	1,02	0,45
VEGYES VÁGOTT SAVANYÚ		10	1	0	2	0	0,00	0,00

Étkezés összesen:	818	39	40	94	53	3,19	8,74
-------------------	-----	----	----	----	----	------	------

Napi összesen:	818	39	40	94	53	3,19	8,74
----------------	-----	----	----	----	----	------	------

KEDD	Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsirsav g
E BABGULYÁS.	ZELLER *	392	27	17	31	51	1,28	3,30
TÚRÓVAL TÖLTÖTT ZSEMLE	TEJ *GLUTÉN-TOJÁS *TEJ *TEJ *TOJÁS *	438	12	8	50	44	1,56	3,20

Étkezés összesen:	830	39	25	81	95	2,84	6,51
-------------------	-----	----	----	----	----	------	------

Napi összesen:	830	39	25	81	95	2,84	6,51
----------------	-----	----	----	----	----	------	------

SZERDA	Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsirsav g
E FRANCIA HAGYMALEVES	TEJ *GLUTÉN-TOJÁS *	210	7	5	32	34	0,60	2,20
RÁNTOTT BORDA	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS *	215	14	11	14	72	1,16	2,52
RIZSKÖRET		350	5	13	51	0	0,01	1,48
CSEMEGE UBORKA		2	0	0	0	0	0,00	0,00

Étkezés összesen:	777	26	29	97	106	1,77	6,22
-------------------	-----	----	----	----	-----	------	------

Napi összesen:	777	26	29	97	106	1,77	6,22
----------------	-----	----	----	----	-----	------	------

CSÜTÖRTÖK	Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsirsav g
E PULYKANYAKLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	238	8	7	35	29	0,64	0,82
TÖKFÓZELÉK	TEJ *GLUTÉN *	265	4	19	19	18	1,06	4,39
SERTÉSPÖRKÖLT	ZELLER *	251	16	18	3	51	1,29	3,53

Étkezés összesen:	754	28	44	57	98	3,00	8,77
-------------------	-----	----	----	----	----	------	------

Napi összesen:	754	28	44	57	98	3,00	8,77
----------------	-----	----	----	----	----	------	------

PÉNTEK	Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsirsav g
E MAGYAROS KARALÁBÉLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS *	251	6	13	26	9	0,62	1,44
BORSOS PULYKATOKÁNY		263	17	19	3	60	2,00	2,44
TÉSZTAKÖRET	GLUTÉN-TOJÁS *	321	11	7	51	50	0,30	1,00

Étkezés összesen:	835	34	39	80	119	2,93	4,89
-------------------	-----	----	----	----	-----	------	------

Napi összesen:	835	34	39	80	119	2,93	4,89
----------------	-----	----	----	----	-----	------	------

HÉTFŐ		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsirsav g
T	TEA		63	0	0	15	0	0,00	0,00
	ZALA FELVÁGOTT	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	61	4	5	0	19	0,52	1,82
	SAJT-SZELETELT	TEJ *	12	1	0	0	1	0,12	0,00
	DELMA - VITAMINOZOTT		23	0	3	0	12	0,09	0,00
	KENYÉR-TELJES KIÓRLÉSŰ	GLUTÉN-SZÓJA *	119	5	1	22	0	0,60	0,00
Étkezés összesen:			278	10	9	37	32	1,34	1,82
E	ALMALEVES	GLUTÉN *TEJ *	157	3	7	18	21	0,57	3,53
	FÜSZERES CSIRKESZÁRNY	ZELLER *	128	20	13	1	20	0,01	1,95
	BULGURKÖRET	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	385	10	13	55	0	0,01	1,36
	VEGYES VÁGOTT SAVANYÚ		10	1	0	2	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			680	34	33	76	41	0,60	6,87
U	GYÜMÖLCS JOGHURT	TEJ *	80	9	9	9	24	0,10	3,41
	KIFLI - ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	133	3	0	17	0	0,75	0,00
Étkezés összesen:			213	12	9	26	24	0,85	3,41
Napi összesen:			1171	56	51	139	97	2,79	12,10

KEDD		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsirsav g
T	TEA		63	0	0	15	0	0,00	0,00
	TEPERTÓKRÉM	TEJ *MUSTÁR	136	2	13	1	22	0,29	0,30
	RETEK		3	0	0	0	0	0,00	0,00
	KENYÉR	GLUTÉN-SZÓJA *	195	6	1	35	0	1,50	0,00
Étkezés összesen:			397	8	14	51	22	1,79	0,30
E	BABGULYÁS.	ZELLER *	328	20	15	26	34	0,20	2,58
	KENYÉR-T.KIÓRLÉSŰ-LEVESHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	74	3	1	14	0	0,37	0,00
	TÚRÓVAL TÖLTÖTT ZSEMLE	TEJ *GLUTÉN-TOJÁS *TEJ *TOJÁS *TEJ *	353	15	13	26	69	0,75	6,24
Étkezés összesen:			755	38	29	66	103	1,33	8,84
U	PEREC	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	116	3	6	13	0	0,62	0,00
	ALMA		65	1	0	15	0	0,02	0,00
Étkezés összesen:			181	4	6	28	0	0,64	0,00
Napi összesen:			1333	50	49	145	125	3,78	9,14

SZERDA		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsirsav g
T	KAKAÓ	TEJ *	196	10	5	27	13	0,25	3,12
	KAKAOSCSIGA	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	202	8	4	47	0	0,25	0,00
Étkezés összesen:			398	18	9	74	13	0,50	3,13
E	FRANCIA HAGYMALEVES	TEJ *GLUTÉN-TOJÁS *	251	8	8	35	43	1,13	3,72
	RÁNTOTT BORDA	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS *	240	21	10	15	83	0,26	3,08
	RIZSKÖRET		217	3	8	31	0	0,01	0,91
	CSEMEGE UBORKA		4	0	0	1	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			712	32	26	82	126	1,41	7,71
U	SZALÁMI	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	26	1	2	0	6	0,16	0,80
	DELMA - VITAMINOZOTT		23	0	3	0	12	0,09	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
Étkezés összesen:			210	13	20	23	18	0,76	0,81
Napi összesen:			1320	63	55	179	157	2,68	11,65

CSÜTÖRTÖK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsirsav g
T	TEA		63	0	0	15	0	0,00	0,00
	TOJASRÁNTOTTA HAGYMAVAL	TOJÁS *	160	5	14	2	162	0,90	2,81
	PARADICSOM		9	0	0	2	0	0,00	0,00
	KENYÉR-BURGONYÁS	GLUTÉN-SZÓJA *	64	2	0	13	0	0,37	0,00
Étkezés összesen:			296	7	14	32	162	1,27	2,81
E	PULYKANYAKLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	228	6	10	26	22	0,11	1,22

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 TÖKFŐZELEK	TEJ *GLUTÉN *		197	3	15	11	21	0,67	4,44
SERTÉSPÖRKÖLT			250	13	20	2	41	0,20	3,44
KENYÉR-T.KIÖRL.-FŐZELEKHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *		59	2	0	11	0	0,30	0,00
Étkezés összesen:			734	24	45	50	84	1,29	9,11
U SÁRGABARACK LEKVÁR			71	0	0	19	0	0,00	0,00
KENYÉR	GLUTÉN-SZÓJA *		195	6	1	35	0	1,50	0,00
Étkezés összesen:			266	6	1	54	0	1,50	0,00
Napi összesen:			1296	37	60	136	246	4,07	11,92
PÉNTEK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
T TEJ	TEJ *		100	7	3	11	10	0,20	1,62
VAJKRÉM	TEJ *		59	0	6	0	35	0,18	2,89
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
Étkezés összesen:			331	20	24	36	45	0,88	4,52
E MAGYAROS KARALÁBÉLEVES	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR		111	3	5	12	0	0,30	0,57
BORSOS PULYKATOKÁNY			227	15	16	3	53	0,01	2,08
TÉSZTAKÖRET	GLUTÉN-TOJÁS *		270	8	10	36	36	0,10	1,22
Étkezés összesen:			608	26	31	51	89	0,41	3,89
U TEJSZELET	TEJ *		118	2	8	10	0	0,00	0,00
BANÁN			52	1	0	13	0	0,03	0,00
Étkezés összesen:			170	3	8	23	0	0,03	0,00
Napi összesen:			1109	49	63	110	134	1,32	8,41

HÉTFŐ		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsirsav g
T	TEA		33	0	0	8	0	0,00	0,00
	ZALA FELVÁGOTT	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	20	1	2	0	6	0,16	0,58
	SAJT-SZELETELT	TEJ *	12	1	0	0	1	0,12	0,00
	DELMA - VITAMINOZOTT		23	0	3	0	12	0,09	0,00
	KENYÉR-TELJES KIÓRLÉSŰ	GLUTÉN-SZÓJA *	89	4	1	17	0	0,45	0,00
Étkezés összesen:			177	6	6	25	19	0,83	0,58
E	ALMALEVES	GLUTÉN *TEJ *	161	3	8	17	24	0,09	4,04
	FÜSZERES CSIRKESZÁRNY	ZELLER *	115	18	12	1	18	0,01	1,78
	BULGURKÖRET	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	298	7	11	41	0	0,01	1,14
	VEGYES VÁGOTT SAVANYÚ		9	1	0	2	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			583	29	31	61	42	0,11	6,96
U	GYÜMÖLCS JOGHURT	TEJ *	80	9	9	9	24	0,10	3,41
	KIFLI - ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	40	1	0	5	0	0,22	0,00
Étkezés összesen:			120	10	9	14	24	0,32	3,41
Napi összesen:			880	45	46	100	85	1,27	10,95

KEDD		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsirsav g
T	TEA		33	0	0	8	0	0,00	0,00
	TEPERTÓKRÉM	TEJ *MUSTÁR	146	2	14	0	20	0,27	0,25
	RETEK		3	0	0	0	0	0,00	0,00
	KENYÉR	GLUTÉN-SZÓJA *	52	2	0	9	0	0,40	0,00
Étkezés összesen:			234	4	14	17	20	0,67	0,25
E	BABGULYÁS.	ZELLER *	331	18	19	21	34	0,19	3,04
	KENYÉR-T.KIÓRLÉSŰ-LEVESHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	30	1	0	6	0	0,15	0,00
	TÚRÓVAL TÖLTÖTT ZSEMLE	TEJ *GLUTÉN-TOJÁS *TEJ *TOJÁS *TEJ *	296	13	12	24	57	0,67	5,58
Étkezés összesen:			657	32	31	51	91	1,02	8,63
U	PEREC	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	116	3	6	13	0	0,62	0,00
	ALMA		32	0	0	7	0	0,01	0,00
Étkezés összesen:			148	3	6	20	0	0,63	0,00
Napi összesen:			1039	39	51	88	111	2,33	8,88

SZERDA		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsirsav g
T	KAKAÓ	TEJ *	75	5	2	8	8	0,15	1,21
	KAKAOSCSIGA	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	202	8	4	47	0	0,25	0,00
Étkezés összesen:			277	13	6	55	8	0,40	1,22
E	FRANCIA HAGYMALEVES	TEJ *GLUTÉN-TOJÁS *	82	3	2	12	13	0,23	0,97
	RÁNTOTT BORDA	TOJÁS *GLUTÉN-TOJÁS *	194	12	8	18	41	0,13	1,78
	RIZSKÖRET		262	3	13	31	0	0,01	1,48
	CSEMEGE UBORKA		5	0	0	1	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			543	18	23	62	54	0,39	4,24
U	SZALÁMI	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	21	1	2	0	4	0,13	0,64
	DELMA - VITAMINOZOTT		23	0	3	0	12	0,09	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
Étkezés összesen:			207	13	20	23	16	0,73	0,64
Napi összesen:			1027	44	49	140	78	1,52	6,10

CSÜTÖRTÖK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kolmg	Só g	Telített Zsirsav g
T	TEA		33	0	0	8	0	0,00	0,00
	TOJASRÁNTOTTA HAGYMAVAL	TOJÁS *	104	4	9	1	117	0,50	1,89
	PARADICSOM		7	0	0	1	0	0,00	0,00
	KENYÉR-BURGONYÁS	GLUTÉN-SZÓJA *	51	2	0	10	0	0,30	0,00
Étkezés összesen:			195	6	9	20	117	0,80	1,89
E	PULYKANYAKLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	228	8	6	35	32	0,13	0,73

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 TÖKFŐZELEK	TEJ *GLUTÉN *		179	4	11	15	18	0,07	3,60
SERTÉSPÖRKÖLT			242	11	20	2	34	0,38	3,15
KENYÉR-T.KIÖRL.-FŐZELEKHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *		59	2	0	11	0	0,30	0,00
Étkezés összesen:			708	25	37	63	84	0,88	7,50
U SÁRGABARACK LEKVÁR			60	0	0	16	0	0,00	0,00
KENYÉR	GLUTÉN-SZÓJA *		52	2	0	9	0	0,40	0,00
Étkezés összesen:			112	2	0	25	0	0,40	0,00
Napi összesen:			1015	33	46	108	201	2,09	9,39
PÉNTEK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
T TEJ	TEJ *		75	5	2	8	8	0,15	1,21
VAJKRÉM	TEJ *		23	0	2	0	14	0,07	1,15
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
Étkezés összesen:			282	19	19	35	22	0,72	2,38
E MAGYAROS KARALÁBÉLEVES	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR		75	2	4	7	0	0,40	0,45
BORSOS PULYKATOKÁNY			153	9	12	2	30	0,01	1,45
TÉSZTAKÖRET	GLUTÉN-TOJÁS *		335	8	17	36	36	0,11	2,02
Étkezés összesen:			563	19	33	45	66	0,52	3,93
U TEJSZELET	TEJ *		118	2	8	10	0	0,00	0,00
BANÁN			52	1	0	13	0	0,03	0,00
Étkezés összesen:			170	3	8	23	0	0,03	0,00
Napi összesen:			1015	41	60	103	88	1,27	6,31