

HÉTFŐ		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E BABGULYÁS.	ZELLER *		268	14	13	22	20	1,13	2,00
LEKVÁROS BUKTA	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *		460	16	1	100	0	1,00	0,00
Étkezés összesen:			728	30	14	122	20	2,13	2,01
Napi összesen:			728	30	14	122	20	2,13	2,01
KEDD		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
RAKOTT BROKKOLI	TEJ *		532	21	36	26	66	1,78	6,53
Étkezés összesen:			831	27	46	66	88	2,37	7,42
Napi összesen:			831	27	46	66	88	2,37	7,42
SZERDA		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E ERŐLEVES	GLUTÉN-TOJÁS		249	10	2	46	36	0,17	0,32
BURGONYAFOZELEK	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR		322	5	13	37	9	1,06	2,66
SÜLTKOLBÁSZ	SZÓJA *		214	11	18	0	70	1,61	8,01
Étkezés összesen:			785	26	33	83	115	2,85	11,01
Napi összesen:			785	26	33	83	115	2,85	11,01
CSÜTÖRTÖK		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
BARACKOS CSIRKEMELL	TEJ *		286	21	20	5	23	0,60	5,85
RIZSKÖRET			368	6	13	54	0	0,01	1,48
Étkezés összesen:			817	31	43	74	59	0,61	8,62
Napi összesen:			817	31	43	74	59	0,61	8,62
PÉNTEK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E MÁJGALUSKALEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR		313	12	10	43	108	0,62	1,34
CARBONARA SPAGETTI	GLUTÉN-TOJÁS *SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *		497	17	19	60	101	0,65	6,76
Étkezés összesen:			810	29	29	103	209	1,27	8,12
Napi összesen:			810	29	29	103	209	1,27	8,12

KEDD		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
T	TEA		63	0	0	15	0	0,00	0,00
	VAJKRÉM	TEJ *	59	0	6	0	35	0,18	2,89
	PAPRIKA PRITAMIN		17	1	0	3	0	0,00	0,00
	ROZSKENYÉR	GLUTÉN-SZÓJA *	96	3	1	20	0	0,58	0,00
Étkezés összesen:			235	4	7	38	35	0,76	2,90
E	TARHONYALEVES	GLUTÉN-TOJÁS	264	7	7	39	36	0,11	0,42
	RAKOTT BROKKOLI	TEJ *	548	26	35	25	78	1,84	7,26
Étkezés összesen:			812	33	42	64	114	1,95	7,68
U	VAJAS MÉZ	TEJ *	85	0	6	5	0	0,00	0,00
	KENYÉR	GLUTÉN-SZÓJA *	195	6	1	35	0	1,50	0,00
Étkezés összesen:			280	6	7	40	0	1,50	0,00
Napi összesen:			1327	43	56	142	149	4,21	10,58
SZERDA		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
	ZÖLDSÉGES FELVÁGOTT	SZÓJA *	37	5	2	0	25	0,27	1,95
	DELMA - VITAMINOZOTT		23	0	3	0	12	0,09	0,00
	KIFLI - ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	40	1	0	5	0	0,22	0,00
Étkezés összesen:			144	6	6	15	37	0,59	1,96
E	ERŐLEVES	GLUTÉN-TOJÁS	176	5	6	24	18	0,10	0,72
	BURGONYAFŐZELÉK	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	261	4	10	31	9	0,06	2,31
	KENYÉR - FŐZELÉKHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	104	3	0	19	0	0,80	0,00
	SÜLTKOLBÁSZ	SZÓJA *	235	12	20	0	75	1,72	8,65
Étkezés összesen:			776	24	36	74	102	2,69	11,71
U	KOCKASAJT KICSI	TEJ *	103	6	8	1	33	0,30	4,47
	TELJES KIÖRLÉSŰ KIFLI	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	0,00
Étkezés összesen:			258	18	23	23	33	0,80	4,47
Napi összesen:			1178	48	65	112	172	4,09	18,14
CSÜTÖRTÖK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
T	KAKAÓ	TEJ *	196	10	5	27	13	0,25	3,12
	KALÁCS	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	100	3	1	19	0	0,35	0,00
Étkezés összesen:			296	13	6	46	13	0,60	3,13
E	TOJÁSLEVES	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	121	2	9	6	36	0,01	1,28
	BARACKOS CSIRKEMELL	TEJ *	251	19	17	5	15	0,10	4,35
	RIZSKÖRET		270	5	8	43	0	0,01	0,91
Étkezés összesen:			642	26	34	54	51	0,13	6,54
U	FÁNK	GLUTÉN-TEJ *	350	8	10	35	0	1,50	0,00
Étkezés összesen:			350	8	10	35	0	1,50	0,00
Napi összesen:			1288	47	50	135	64	2,24	9,67
PÉNTEK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	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
	PARADICSOM		9	0	0	2	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			368	9	21	27	34	1,26	4,31
E	MÁJGALUSKALEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	309	16	3	52	153	0,19	0,74
	CARBONARA SPAGETTI	GLUTÉN-TOJÁS *SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	355	18	14	37	89	1,19	4,72
Étkezés összesen:			664	34	17	89	242	1,39	5,48
U	FOKHAGYMAS TEJFŐLÓS LEPÉNY	GLUTÉN *	113	1	8	8	0	0,25	0,00
Étkezés összesen:			113	1	8	8	0	0,25	0,00
Napi összesen:			1145	44	46	124	276	2,90	9,79

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
T	TEA		33	0	0	8	0	0,00	0,00
	SZALÁMI	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	21	1	2	0	4	0,13	0,64
	DELMA - VITAMINOZOTT		23	0	3	0	12	0,09	0,00
	KIFLI - ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	40	1	0	5	0	0,22	0,00
Étkezés összesen:			117	2	5	13	16	0,45	0,64
E	BABGULYÁS.	ZELLER *	398	24	19	29	41	0,23	3,33
	KENYÉR-T.KIÖRLÉSŰ-LEVESHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	30	1	0	6	0	0,15	0,00
	LEKVÁROS BUKTA	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	230	8	1	50	0	0,50	0,00
Étkezés összesen:			658	33	20	85	41	0,88	3,33
U	ALMA		32	0	0	7	0	0,01	0,00
	MÜZLI SZELET KICSI	GLUTÉN-SZÓJA-MOGYORÓ *	80	1	3	13	0	0,12	0,24
Étkezés összesen:			112	1	3	20	0	0,13	0,24
Napi összesen:			887	36	28	118	57	1,46	4,21
KEDD		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
T	TEA		33	0	0	8	0	0,00	0,00
	VAJKRÉM	TEJ *	23	0	2	0	14	0,07	1,15
	PAPRIKA PRITAMIN		29	2	0	5	0	0,00	0,00
	ROZSKENYÉR	GLUTÉN-SZÓJA *	72	2	0	15	0	0,43	0,00
Étkezés összesen:			157	4	2	28	14	0,50	1,16
E	TARHONYALEVES	GLUTÉN-TOJÁS	250	6	8	35	36	0,11	0,53
	RAKOTT BROKKOLI	TEJ *	535	27	38	15	93	1,08	6,89
Étkezés összesen:			785	33	46	50	129	1,19	7,43
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:			1066	39	53	92	143	2,10	8,59
SZERDA		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
	ZÖLDSÉGES FELVÁGOTT	SZÓJA *	16	2	1	0	11	0,12	0,85
	DELMA - VITAMINOZOTT		23	0	3	0	12	0,09	0,00
	KIFLI - ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	40	1	0	5	0	0,22	0,00
Étkezés összesen:			123	3	5	15	23	0,44	0,85
E	ERŐLEVES	GLUTÉN-TOJÁS	166	5	6	22	18	0,08	0,72
	BURGONYAFŐZELEK	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	183	3	8	20	7	0,04	1,83
	KENYÉR - FŐZELEKHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	65	2	0	12	0	0,50	0,00
	SÜLTKOLBÁSZ	SZÓJA *	220	11	19	0	70	1,61	8,08
Étkezés összesen:			634	21	33	54	95	2,24	10,66
U	KOCKASAJT KICSI	TEJ *	13	1	1	0	4	0,03	0,58
	TELJES KIÖRLÉSŰ KIFLI	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	0,00
Étkezés összesen:			168	13	16	22	4	0,53	0,58
Napi összesen:			925	37	54	91	122	3,22	12,09
CSÜTÖRTÖK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
T	KAKAÓ	TEJ *	75	5	2	8	8	0,15	1,21
	KALÁCS	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	100	3	1	19	0	0,35	0,00
Étkezés összesen:			175	8	3	27	8	0,50	1,22
E	TOJÁSLEVES	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	127	2	10	7	27	0,00	1,30
	BARACKOS CSIRKEMELL	TEJ *	221	19	14	3	11	0,10	3,49
	RIZSKÖRET		244	3	13	27	0	0,01	1,48
Étkezés összesen:			592	24	37	37	38	0,12	6,28
U	CROISSANT - SAJTOS	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	111	4	3	28	0	0,58	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!



Étkezés összesen:		111	4	3	28	0	0,58	0,00
Napi összesen:		878	36	43	92	46	1,20	7,50
PÉNTEK	Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	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
PARADICSOM		7	0	0	1	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:		191	5	9	19	14	0,76	1,76
E MÁJGALUSKALEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	263	13	3	45	132	0,12	0,59
CARBONARA SPAGETTI	GLUTÉN-TOJÁS *SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	354	17	11	44	84	0,97	3,68
Étkezés összesen:		617	30	14	89	216	1,09	4,29
U FOKHAGYMÁS TEJFÖLŐS LEPÉNY	GLUTÉN *	113	1	8	8	0	0,25	0,00
Étkezés összesen:		113	1	8	8	0	0,25	0,00
Napi összesen:		921	36	31	116	230	2,10	6,05