

HÉTFŐ		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E GOMBALEVES	GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER *		107	5	1	20	11	1,08	0,09
HALPAPRIKÁS	HAL *GLUTÉN *TEJ *		363	16	27	11	78	0,25	7,38
TÉSZTAKÖRET	GLUTÉN-TOJÁS *		242	8	7	36	36	0,26	0,88
Étkezés összesen:			712	29	35	67	125	1,59	8,36
Napi összesen:			712	29	35	67	125	1,59	8,36
KEDD		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E TÁRKONYOS PULYKRAGULEVES	TEJ *GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER *		428	21	20	39	78	2,18	4,00
MÁKOS GUBA	TEJ *GLUTÉN-TOJÁS *		296	6	13	27	18	0,66	3,30
VANILIASODÓ	TEJ *		138	7	3	20	10	0,20	1,62
Étkezés összesen:			862	34	36	86	106	3,06	8,94
Napi összesen:			862	34	36	86	106	3,06	8,94
SZERDA		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E RESZELT TÉSZTALEVES	GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER *		274	6	11	33	22	0,17	1,32
MEXIKÓI CSIRKERAGU	GLUTÉN *SO2 *		204	16	10	5	52	2,28	1,60
RIZSKÖRET			368	6	13	54	0	0,01	1,48
Étkezés összesen:			846	28	34	92	74	2,47	4,41
Napi összesen:			846	28	34	92	74	2,47	4,41
CSÜTÖRTÖK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E FRANCIA HAGYMALEVES	TEJ *GLUTÉN-TOJÁS *		210	7	5	32	34	0,60	2,20
SÜLT TARJA	MUSTÁR		293	15	25	1	76	3,34	7,38
BURGONYAPÜRÉ	TEJ *		277	4	12	30	23	0,09	2,90
Étkezés összesen:			780	26	42	63	133	4,03	12,50
Napi összesen:			780	26	42	63	133	4,03	12,50
PÉNTEK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E MAGYAROS ZÖLDSÉGLEVES	ZELLER *GLUTÉN *		100	3	5	10	0	0,40	0,57
HÚSOS KÁPOSZTA	ZELLER *TEJ *		675	25	56	13	106	0,78	9,67
Étkezés összesen:			775	28	61	23	106	1,18	10,24
Napi összesen:			775	28	61	23	106	1,18	10,24



HÉTFŐ		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	GOMBALEVES	GLUTÉN-TOJÁS	89	4	1	16	12	0,04	0,10
	HALPAPRIKÁS	HAL *TEJ *GLUTÉN *	287	18	21	6	79	0,70	5,33
	TÉSZTAKÖRET	GLUTÉN-TOJÁS *	309	9	10	44	43	0,12	1,28
Étkezés összesen:			685	31	32	66	134	0,86	6,72
U	HÁZI KRÉMTÚRÓ	TEJ *	176	11	5	20	13	0,10	2,54
Étkezés összesen:			176	11	5	20	13	0,10	2,55
Napi összesen:			1229	51	58	113	181	2,24	13,58
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
	TEPERTŐKRÉM	TEJ *MUSTÁR	136	2	13	1	22	0,29	0,30
	KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ	GLUTÉN-SZÓJA *	119	5	1	22	0	0,60	0,00
Étkezés összesen:			318	7	14	38	22	0,89	0,30
E	TÁRKONYOS PULYKARAGULEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	349	22	15	28	87	0,12	2,80
	MÁKOS GUBA	TEJ *GLUTÉN-TOJÁS *	265	6	11	22	15	0,67	3,00
	VANILIASODÓ	TEJ *	138	7	3	20	10	0,20	1,62
Étkezés összesen:			752	35	29	70	112	1,00	7,44
U	PEREC	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	116	3	6	13	0	0,62	0,00
	MANDARIN		73	1	2	16	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			189	4	8	29	0	0,62	0,00
Napi összesen:			1259	46	51	137	134	2,52	7,74
SZERDA		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
	KENŐMÁJAS	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	50	2	5	0	34	0,24	0,00
	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:			285	15	20	40	34	0,74	0,00
E	RESZELT TÉSZTALEVES	GLUTÉN-TOJÁS	205	4	9	24	16	0,06	1,04
	MEXIKÓI CSIRKERAGU	GLUTÉN *	197	17	10	9	52	2,08	1,60
	RIZSKÖRET		270	5	8	43	0	0,01	0,91
Étkezés összesen:			672	26	27	76	68	2,16	3,56
U	RÉTES	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	230	7	3	30	0	1,00	0,00
Étkezés összesen:			230	7	3	30	0	1,00	0,00
Napi összesen:			1187	48	50	146	102	3,90	3,56
CSÜTÖRTÖK		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
	CSOKIS CSIGA	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	202	8	4	47	0	0,50	0,00
Étkezés összesen:			302	15	7	58	10	0,70	1,62
E	FRANCIA HAGYMALEVES	TEJ *GLUTÉN-TOJÁS *	251	8	8	35	43	1,13	3,72
	SÜLT TARJA	MUSTÁR	274	10	25	0	52	2,14	6,05
	BURGONYAPÜRÉ	TEJ *	186	3	5	24	11	0,07	1,38
Étkezés összesen:			711	21	38	59	106	3,35	11,15
U	ALMA		65	1	0	15	0	0,02	0,00
	DELMA - VITAMINOZOTT		23	0	3	0	12	0,09	0,00
	TELJES KIÖRLÉSŰ ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	0,00
Étkezés összesen:			243	13	18	37	12	0,61	0,00
Napi összesen:			1256	49	63	154	128	4,66	12,77

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!



PÉNTEK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsírsav g
T	LIMONÁDÉ		44	0	1	10	0	0,00	0,00
	TURISTA FELVÁGOTT	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	60	4	5	0	17	0,31	1,72
	DELMA - VITAMINOZOTT		23	0	3	0	12	0,09	0,00
	RETEK		3	0	0	0	0	0,00	0,00
	KIFLI - ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	133	3	0	17	0	0,75	0,00
Étkezés összesen:			263	7	9	27	29	1,16	1,73
E	MAGYAROS ZÖLDSÉGLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	100	3	6	10	0	1,06	0,57
	HÚSOS KÁPOSZTA	TEJ *	470	20	39	6	86	1,74	6,94
	KENYÉR-T.KIÖRL.-FŐZELÉKHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	59	2	0	11	0	0,30	0,00
Étkezés összesen:			629	25	45	27	86	3,10	7,53
U	KEFIR	TEJ *	132	6	7	9	10	0,35	3,41
	KIFLI - ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	133	3	0	17	0	0,75	0,00
Étkezés összesen:			265	9	7	26	10	1,10	3,41
Napi összesen:			1157	41	61	80	125	5,36	12,67



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
	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	GOMBALEVES	GLUTÉN-TOJÁS	71	3	0	13	7	0,03	0,06
	HALPAPRIKÁS	HAL *TEJ *GLUTÉN *	323	21	24	4	95	0,16	6,38
	TÉSZTAKÖRET	GLUTÉN-TOJÁS *	257	5	16	22	22	0,07	1,89
Étkezés összesen:			651	29	40	39	124	0,26	8,34
U	HÁZI KRÉMTÚRÓ	TEJ *	176	11	5	20	13	0,10	2,54
Étkezés összesen:			176	11	5	20	13	0,10	2,55
Napi összesen:			1018	45	54	78	151	1,13	12,65
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
	TEPERTŐKRÉM	TEJ *MUSTÁR	146	2	14	0	20	0,27	0,25
	KENYÉR-TELJES KIÖRLÉSŰ	GLUTÉN-SZÓJA *	89	4	1	17	0	0,45	0,00
Étkezés összesen:			268	6	15	25	20	0,72	0,25
E	TÁRKONYOS PULYKARAGULEVES	TEJ *GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER *	212	10	12	14	42	0,09	3,05
	MÁKOS GUBA	TEJ *GLUTÉN-TOJÁS *	190	5	6	18	7	0,57	1,69
	VANILIASODÓ	TEJ *	138	7	3	20	10	0,20	1,62
Étkezés összesen:			540	22	21	52	59	0,86	6,37
U	PEREC	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	116	3	6	13	0	0,62	0,00
	MANDARIN		73	1	2	16	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			189	4	8	29	0	0,62	0,00
Napi összesen:			997	32	44	106	79	2,21	6,62
SZERDA		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
	KENŐMÁJAS	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	33	1	3	0	22	0,16	0,00
	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:			250	15	18	35	22	0,66	0,00
E	RESZELT TÉSZTALEVES	GLUTÉN-TOJÁS	185	4	7	24	14	0,05	0,80
	MEXIKÓI CSIRKERAGU	GLUTÉN *	110	8	6	6	22	1,53	0,84
	RIZSKÖRET		209	2	13	19	0	0,01	1,48
Étkezés összesen:			504	14	26	49	36	1,61	3,14
U	FÁNK - SAJÁT	GLUTÉN *TOJÁS *TEJ *	275	5	12	36	20	0,33	1,47
Étkezés összesen:			275	5	12	36	20	0,33	1,48
Napi összesen:			1029	34	56	120	78	2,60	4,62
CSÜTÖRTÖK		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
	CSOKIS CSIGA	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	202	8	4	47	0	0,50	0,00
Étkezés összesen:			277	13	6	55	8	0,65	1,22
E	FRANCIA HAGYMALEVES	TEJ *GLUTÉN-TOJÁS *	82	3	2	12	13	0,23	0,97
	SÜLT TARJA	MUSTÁR	313	16	27	0	86	3,51	8,23
	BURGONYAPÜRÉ	TEJ *	137	2	7	13	13	0,06	1,75
Étkezés összesen:			532	21	36	25	112	3,81	10,96
U	ALMA		32	0	0	7	0	0,01	0,00
	DELMA - VITAMINOZOTT		23	0	3	0	12	0,09	0,00
	TELJES KIÖRLÉSŰ ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	0,00
Étkezés összesen:			210	12	18	29	12	0,60	0,00
Napi összesen:			1019	46	60	109	132	5,07	12,18

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!



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
	TURISTA FELVÁGOTT	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	12	1	1	0	3	0,06	0,34
	DELMA - VITAMINOZOTT		23	0	3	0	12	0,09	0,00
	RETEK		3	0	0	0	0	0,00	0,00
	KIFLI - ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	40	1	0	5	0	0,22	0,00
Étkezés összesen:			122	2	5	15	15	0,38	0,35
E	MAGYAROS ZÖLDSÉGLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	74	3	3	9	0	0,37	0,22
	HÚSOS KÁPOSZTA	TEJ *	484	23	40	5	91	1,91	5,89
	KENYÉR-T.KIÖRL.-FŐZELÉKHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	59	2	0	11	0	0,30	0,00
Étkezés összesen:			617	28	43	25	91	2,59	6,13
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:			911	37	55	54	116	3,55	9,89