



<b>HÉTFŐ</b>		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>E ERDEI GYÜMÖLCSLEVES</b>	GLUTÉN *TEJ *		269	4	9	26	24	0,08	4,04
<b>FŰSZERES CSIRKESZÁRNY</b>	ZELLER *		231	23	24	2	23	2,04	3,22
<b>BURGONYAPÜRÉ</b>	TEJ *		277	4	12	30	23	0,09	2,90
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>777</b>	<b>31</b>	<b>45</b>	<b>58</b>	<b>70</b>	<b>2,22</b>	<b>10,17</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>777</b>	<b>31</b>	<b>45</b>	<b>58</b>	<b>70</b>	<b>2,22</b>	<b>10,17</b>

<b>KEDD</b>		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>E ZÖLDSÉGLEVES</b>	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR		145	7	1	26	18	0,65	0,16
<b>HÚSGOMBÓC-PARADICSOMMÁRTÁS</b>	GLUTÉN *TOJÁS *		675	23	33	68	79	1,51	3,92
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>820</b>	<b>30</b>	<b>34</b>	<b>94</b>	<b>97</b>	<b>2,17</b>	<b>4,10</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>820</b>	<b>30</b>	<b>34</b>	<b>94</b>	<b>97</b>	<b>2,17</b>	<b>4,10</b>

<b>SZERDA</b>		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>E CSONTLEVES</b>	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS *		216	9	2	40	36	0,14	0,31
<b>VADASRAGU</b>	GLUTÉN *TEJ *MUSTÁR		299	27	17	8	91	2,49	5,43
<b>TÉSZTAKÖRET</b>	GLUTÉN-TOJÁS *		242	8	7	36	36	0,26	0,88
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>757</b>	<b>44</b>	<b>26</b>	<b>84</b>	<b>163</b>	<b>2,90</b>	<b>6,63</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>757</b>	<b>44</b>	<b>26</b>	<b>84</b>	<b>163</b>	<b>2,90</b>	<b>6,63</b>

<b>CSÜTÖRTÖK</b>		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>E LEBBENCLEVES</b>	GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER *		265	6	11	32	22	0,59	1,32
<b>SAJTOS GOMBÁS HALFILE</b>	TEJ *HAL *		305	13	15	1	49	1,19	4,77
<b>RIZSKÖRET</b>			244	3	13	27	0	0,00	1,48
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>814</b>	<b>22</b>	<b>39</b>	<b>60</b>	<b>71</b>	<b>1,79</b>	<b>7,59</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>814</b>	<b>22</b>	<b>39</b>	<b>60</b>	<b>71</b>	<b>1,79</b>	<b>7,59</b>

<b>PÉNTEK</b>		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>E TÁRKONYOS PULYKRAGULEVES</b>	TEJ *GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER *		338	18	20	20	64	2,13	3,91
<b>MÁKOSTÉSZTA</b>	GLUTÉN-TOJÁS *		482	14	15	71	58	0,49	2,40
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>820</b>	<b>32</b>	<b>35</b>	<b>91</b>	<b>122</b>	<b>2,63</b>	<b>6,33</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>820</b>	<b>32</b>	<b>35</b>	<b>91</b>	<b>122</b>	<b>2,63</b>	<b>6,33</b>



HÉTFŐ		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
T	VANÍLIÁS TEJ	TEJ *	101	5	2	13	8	0,15	1,21
	BRIÓS	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	108	3	2	20	0	0,50	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>209</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>33</b>	<b>8</b>	<b>0,65</b>	<b>1,22</b>
E	ERDEI GYÜMÖLCSLEVES	GLUTÉN *TEJ *	226	4	7	27	17	0,05	2,82
	FÚSZERES CSIRKESZÁRNY	ZELLER *	216	72	22	3	72	0,01	4,16
	BURGONYAPÜRÉ	TEJ *	262	5	5	38	11	0,08	1,38
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>704</b>	<b>81</b>	<b>34</b>	<b>68</b>	<b>100</b>	<b>0,15</b>	<b>8,37</b>
U	TEPERTÓKRÉM	TEJ *MUSTÁR	136	2	13	1	22	0,29	0,30
	RETEK		3	0	0	0	0	0,00	0,00
	BAGETT	GLUTÉN-TEJ *	42	2	0	8	0	0,30	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>181</b>	<b>4</b>	<b>13</b>	<b>9</b>	<b>22</b>	<b>0,59</b>	<b>0,30</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1094</b>	<b>93</b>	<b>51</b>	<b>110</b>	<b>130</b>	<b>1,40</b>	<b>9,89</b>
KEDD		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
	KENÓMÁJAS	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	50	2	5	0	34	0,24	0,00
	PAPRIKA PRITAMIN		17	1	0	3	0	0,00	0,00
	KIFLI - ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	133	3	0	17	0	0,75	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>244</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>30</b>	<b>34</b>	<b>0,99</b>	<b>0,00</b>
E	ZÖLDSÉGLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	229	9	2	42	72	0,16	0,63
	HÚSGOMBÓC-PARADICSOMMÁRTÁS	TOJÁS *GLUTÉN *	569	21	24	64	84	0,41	3,07
	KENYÉR-T.KIÖRL.-FŐZELEKHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	59	2	0	11	0	0,30	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>857</b>	<b>32</b>	<b>26</b>	<b>117</b>	<b>156</b>	<b>0,87</b>	<b>3,71</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1101</b>	<b>38</b>	<b>32</b>	<b>147</b>	<b>190</b>	<b>1,86</b>	<b>3,71</b>
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
	MELEGSZENDVICS	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *GLUTÉN-SZÓJA *	296	9	21	10	34	1,26	4,31
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>359</b>	<b>9</b>	<b>21</b>	<b>25</b>	<b>34</b>	<b>1,26</b>	<b>4,31</b>
E	CSONTLEVES	GLUTÉN-TOJÁS	128	5	1	23	18	0,11	0,17
	VADASRAGU	GLUTÉN *TEJ *MUSTÁR	230	13	16	7	46	0,29	4,37
	TÉSZTAKÖRET	GLUTÉN-TOJÁS *	231	6	9	29	29	0,08	1,16
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>589</b>	<b>24</b>	<b>26</b>	<b>59</b>	<b>93</b>	<b>0,48</b>	<b>5,71</b>
U	KRÉMTÚRÓ	TEJ *	194	7	10	19	0	0,00	18,00
	ALMA		65	1	0	15	0	0,02	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>259</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>34</b>	<b>0</b>	<b>0,02</b>	<b>18,00</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1207</b>	<b>41</b>	<b>57</b>	<b>118</b>	<b>127</b>	<b>1,76</b>	<b>28,02</b>
CSÜTÖRTÖK		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
	FOKHAGYMÁS FELVÁGOTT	SZÓJA *	38	2	3	0	11	0,30	1,27
	PARADICSOM		9	0	0	2	0	0,00	0,00
	DELMA - VITAMINOZOTT		23	0	3	0	12	0,09	0,00
	KENYÉR-BARNA	GLUTÉN-SZÓJA *	179	6	1	37	0	1,05	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>312</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>54</b>	<b>23</b>	<b>1,45</b>	<b>1,28</b>
E	LEBBENCSELEVES	GLUTÉN-TOJÁS	272	7	7	41	29	0,12	0,82
	SAJTOS GOMBÁS HALFILE	TEJ *HAL *	240	12	9	1	45	1,19	3,89
	RIZSKÖRET		234	4	8	35	0	0,01	0,91
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>746</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>77</b>	<b>74</b>	<b>1,33</b>	<b>5,63</b>
U	JAM		65	0	0	16	0	0,00	0,00
	KIFLI - ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	133	3	0	17	0	0,75	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>198</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>33</b>	<b>0</b>	<b>0,75</b>	<b>0,00</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1256</b>	<b>34</b>	<b>31</b>	<b>164</b>	<b>97</b>	<b>3,53</b>	<b>6,91</b>

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!



<b>PÉNTEK</b>		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>T</b>	TEA		63	0	0	15	0	0,00	0,00
	TOJÁSKRÉM	TOJÁS *TEJ *MUSTÁR	98	2	10	0	78	0,31	2,55
	UBORKA FRISS		4	0	0	1	0	0,01	0,00
	KENYÉR-KORPÁS	GLUTÉN-SZÓJA *	112	4	0	23	0	0,60	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>277</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>39</b>	<b>78</b>	<b>0,93</b>	<b>2,55</b>
<b>E</b>	TÁRKONYOS PULYKARAGULEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	360	22	15	32	87	0,13	2,77
	MÁKOSTÉSZTA	GLUTÉN-TOJÁS *	362	10	12	50	43	0,12	1,88
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>722</b>	<b>32</b>	<b>27</b>	<b>82</b>	<b>130</b>	<b>0,25</b>	<b>4,65</b>
<b>U</b>	BANÁN		52	1	0	13	0	0,03	0,00
	JO REGGELT KEKSZ		53	1	2	8	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>105</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>21</b>	<b>0</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1104</b>	<b>40</b>	<b>39</b>	<b>142</b>	<b>208</b>	<b>1,22</b>	<b>7,20</b>



<b>HÉTFŐ</b>		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>T</b>	VANÍLIÁS TEJ	TEJ *	101	5	2	13	8	0,15	1,21
	BRIÓS	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	108	3	2	20	0	0,50	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>209</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>33</b>	<b>8</b>	<b>0,65</b>	<b>1,22</b>
<b>E</b>	ERDEI GYÜMÖLCSLEVES	GLUTÉN *TEJ *	121	2	3	12	9	0,03	1,51
	FÚSZERES CSIRKESZÁRNY	ZELLER *	160	45	16	2	45	0,01	2,91
	BURGONYAPÜRÉ	TEJ *	200	3	7	24	13	0,07	1,75
	CSEMEGE UBORKA		5	0	0	1	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>486</b>	<b>50</b>	<b>26</b>	<b>39</b>	<b>67</b>	<b>0,11</b>	<b>6,19</b>
<b>U</b>	TEPERTÓKRÉM	TEJ *MUSTÁR	146	2	14	0	20	0,27	0,25
	RETEK		3	0	0	0	0	0,00	0,00
	BAGETT	GLUTÉN-TEJ *	35	2	0	7	0	0,25	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>184</b>	<b>4</b>	<b>14</b>	<b>7</b>	<b>20</b>	<b>0,52</b>	<b>0,25</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>879</b>	<b>62</b>	<b>44</b>	<b>79</b>	<b>95</b>	<b>1,29</b>	<b>7,66</b>
<b>KEDD</b>		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>T</b>	LIMONÁDÉ		44	0	1	10	0	0,00	0,00
	KENÓMÁJAS	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	33	1	3	0	22	0,16	0,00
	PAPRIKA PRITAMIN		29	2	0	5	0	0,00	0,00
	KIFLI - ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	40	1	0	5	0	0,22	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>146</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>20</b>	<b>22</b>	<b>0,38</b>	<b>0,00</b>
<b>E</b>	ZÖLDSEGLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	186	8	2	34	58	0,14	0,49
	HÚSGOMBÓC-PARADICSOMMÁRTÁS	GLUTÉN *TOJÁS *	359	10	19	34	47	0,21	2,40
	KENYÉR-T.KIÖRL.-FŐZELÉKHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	59	2	0	11	0	0,30	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>604</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>79</b>	<b>105</b>	<b>0,65</b>	<b>2,90</b>
<b>U</b>	SAJTOS HÁROMSZÖG	GLUTÉN *SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *TEJ *TEJ *	262	7	12	30	14	0,23	2,74
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>262</b>	<b>7</b>	<b>12</b>	<b>30</b>	<b>14</b>	<b>0,23</b>	<b>2,74</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1012</b>	<b>31</b>	<b>37</b>	<b>129</b>	<b>141</b>	<b>1,27</b>	<b>5,64</b>
<b>SZERDA</b>		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>T</b>	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
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>184</b>	<b>5</b>	<b>9</b>	<b>18</b>	<b>14</b>	<b>0,76</b>	<b>1,76</b>
<b>E</b>	CSONTLEVES	GLUTÉN-TOJÁS	194	8	2	36	32	0,12	0,27
	VADASRAGU	GLUTÉN *TEJ *MUSTÁR	161	10	11	4	36	0,21	3,24
	TÉSZTAKÖRET	GLUTÉN-TOJÁS *	218	3	16	15	14	0,05	1,83
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>573</b>	<b>21</b>	<b>29</b>	<b>55</b>	<b>82</b>	<b>0,39</b>	<b>5,35</b>
<b>U</b>	KRÉMTÚRÓ	TEJ *	194	7	10	19	0	0,00	18,00
	ALMA		32	0	0	7	0	0,01	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>226</b>	<b>7</b>	<b>10</b>	<b>26</b>	<b>0</b>	<b>0,01</b>	<b>18,00</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>983</b>	<b>33</b>	<b>48</b>	<b>99</b>	<b>96</b>	<b>1,16</b>	<b>25,11</b>
<b>CSÜTÖRTÖK</b>		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>T</b>	TEA		33	0	0	8	0	0,00	0,00
	FOKHAGYMÁS FELVÁGOTT	SZÓJA *	20	1	2	0	6	0,16	0,68
	PARADICSOM		7	0	0	1	0	0,00	0,00
	DELMA - VITAMINOZOTT		23	0	3	0	12	0,09	0,00
	KENYÉR-BARNA	GLUTÉN-SZÓJA *	102	3	0	21	0	0,60	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>185</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>30</b>	<b>18</b>	<b>0,85</b>	<b>0,68</b>
<b>E</b>	LEBBENCSELEVES	GLUTÉN-TOJÁS	321	10	7	51	43	0,13	0,94
	SAJTOS GOMBÁS HALFILE	TEJ *HAL *	161	10	4	1	38	0,72	2,96
	RIZSKÖRET		227	2	13	23	0	0,01	1,48
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>709</b>	<b>22</b>	<b>24</b>	<b>75</b>	<b>81</b>	<b>0,88</b>	<b>5,39</b>
<b>U</b>	JAM		65	0	0	16	0	0,00	0,00
	KIFLI - ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	40	1	0	5	0	0,22	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!



		105	1	0	21	0	0,22	0,00	
<b>Étkezés összesen:</b>									
<b>Napi összesen:</b>		<b>999</b>	<b>27</b>	<b>29</b>	<b>126</b>	<b>99</b>	<b>1,96</b>	<b>6,07</b>	
<b>PÉNTEK</b>		Allergének						Telített	
		Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Zsír sav g	
<b>T</b>	TEA	33	0	0	8	0	0,00	0,00	
	TOJÁSKRÉM	57	2	5	0	62	0,02	1,50	
	UBORKA FRISS	3	0	0	0	0	0,00	0,00	
	KENYÉR-KORPÁS	93	3	0	19	0	0,50	0,00	
	<b>Étkezés összesen:</b>	<b>186</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>27</b>	<b>62</b>	<b>0,53</b>	<b>1,51</b>	
<b>E</b>	TÁRKONYOS PULYKARAGULEVES	315	17	15	25	71	0,12	3,48	
	MÁKOSTÉSZA	270	8	8	39	32	0,09	1,34	
	<b>Étkezés összesen:</b>	<b>585</b>	<b>25</b>	<b>23</b>	<b>64</b>	<b>103</b>	<b>0,21</b>	<b>4,84</b>	
<b>U</b>	BANÁN	52	1	0	13	0	0,03	0,00	
	JO REGGELT KEKSZ	53	1	2	8	0	0,00	0,00	
	<b>Étkezés összesen:</b>	<b>105</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>21</b>	<b>0</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	
	<b>Napi összesen:</b>	<b>876</b>	<b>32</b>	<b>30</b>	<b>112</b>	<b>165</b>	<b>0,77</b>	<b>6,35</b>	