



HÉTFŐ		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E PARADICSOMLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER *		326	9	6	54	25	1,27	0,67
RAKOTT BROKKOLI	TEJ *		532	21	36	26	66	1,78	6,53
Étkezés összesen:			858	30	42	80	91	3,06	7,21
Napi összesen:			858	30	42	80	91	3,06	7,21
KEDD		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E ZÖLDSÉGES PULYKARAGULEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR		321	14	13	34	51	1,12	1,68
CARBONARA SPAGETTI	GLUTÉN-TOJÁS *SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *		497	17	19	60	101	0,65	6,76
Étkezés összesen:			818	31	32	94	152	1,77	8,46
Napi összesen:			818	31	32	94	152	1,77	8,46
SZERDA		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E CSONTLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS *		216	9	2	40	36	0,14	0,31
ZÖLDBORSÓFŐZELÉK	GLUTÉN *TEJ *ZELLER *		274	5	17	22	21	0,60	4,67
SERTÉSPÖRKÖLT	ZELLER *		292	22	20	3	68	1,37	4,25
Étkezés összesen:			782	36	39	65	125	2,12	9,25
Napi összesen:			782	36	39	65	125	2,12	9,25
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
RÁNTOTT BORDA	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS *		272	22	14	14	85	1,27	3,53
ZÖLDSÉGES BULGUR	GLUTÉN *ZELLER *		319	9	10	47	0	0,53	1,02
Étkezés összesen:			801	38	29	93	119	2,40	6,78
Napi összesen:			801	38	29	93	119	2,40	6,78
PÉNTEK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E DÖRZSTARHONYALEVES	GLUTÉN-TOJÁS		299	6	10	40	22	0,58	0,87
CSIRKEPAPRIKÁS	TEJ *GLUTÉN *		308	15	23	8	59	2,42	4,79
TÉSZTAKÖRET	GLUTÉN-TOJÁS *		242	8	7	36	36	0,26	0,88
Étkezés összesen:			849	29	40	84	117	3,27	6,55
Napi összesen:			849	29	40	84	117	3,27	6,55



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
	DELMA - VITAMINOZOTT		23	0	3	0	12	0,09	0,00
	ZÖLDSÉGES FELVÁGOTT	SZÓJA *	37	5	2	0	25	0,27	1,95
	RETEK		3	0	0	0	0	0,00	0,00
	TELJES KIÓRLÉSŰ KENYÉR		0	0	0	0	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			126	5	5	15	37	0,37	1,96
E	PARADICSOMLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS	221	7	6	32	18	0,63	0,61
	RAKOTT BROKKOLI	TEJ *	548	26	35	25	78	1,84	7,26
Étkezés összesen:			769	33	41	57	96	2,47	7,88
U	JAM		65	0	0	16	0	0,00	0,00
	KIFLI - ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	133	3	0	17	0	0,75	0,00
Étkezés összesen:			198	3	0	33	0	0,75	0,00
Napi összesen:			1093	41	46	105	133	3,59	9,84
KEDD		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
T	TEJBEDARA	TEJ *GLUTÉN *	255	12	4	40	13	0,29	2,02
Étkezés összesen:			255	12	4	40	13	0,29	2,03
E	ZÖLDSÉGES PULYKARAGULEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	325	18	13	32	72	0,13	2,50
	CARBONARA SPAGETTI	GLUTÉN-TOJÁS *SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	355	18	14	37	89	1,19	4,72
Étkezés összesen:			680	36	27	69	161	1,32	7,23
U	MAGYAROS VAJKRÉM	TEJ *	34	0	4	0	10	0,10	1,68
	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:			206	13	19	25	10	0,60	1,69
Napi összesen:			1141	61	50	134	184	2,22	10,95
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
	FŐTT TOJÁS	TOJÁS *	68	5	5	0	180	0,00	1,86
	PARADICSOM		9	0	0	2	0	0,00	0,00
	DELMA - VITAMINOZOTT		23	0	3	0	12	0,09	0,00
	KENYÉR	GLUTÉN-SZÓJA *	195	6	1	35	0	1,50	0,00
Étkezés összesen:			358	11	9	52	192	1,60	1,86
E	CSONTLEVES	GLUTÉN-TOJÁS	128	5	1	23	18	0,11	0,17
	ZÖLDBORSÓFŐZELÉK	TEJ *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR *	190	4	12	14	6	0,05	2,15
	SERTÉSPÖRKÖLT		250	13	20	2	41	0,20	3,44
	KENYÉR-T. KIÓRL. -FŐZELÉKHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	59	2	0	11	0	0,30	0,00
Étkezés összesen:			627	24	33	50	65	0,67	5,76
U	SAJTOS KOCKA	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:			1101	38	48	115	257	2,89	7,62
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
	TÚRÓSBATYU	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	230	7	3	30	0	0,75	0,00
Étkezés összesen:			330	14	6	41	10	0,95	1,62
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
	ZÖLDSÉGES BULGUR	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	342	6	20	31	0	0,03	2,28
Étkezés összesen:			833	35	38	81	126	1,43	9,08
U	ALMA		65	1	0	15	0	0,02	0,00
	DELMA - VITAMINOZOTT		23	0	3	0	12	0,09	0,00
	BAGETT	GLUTÉN-TEJ *	42	2	0	8	0	0,30	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!



		130	3	3	23	12	0,41	0,00
Étkezés összesen:								
Napi összesen:		1293	52	47	145	148	2,80	10,70
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
	HALPÁSTÉTOM	71	6	5	0	53	0,00	2,23
	UBORKA FRISS	4	0	0	1	0	0,01	0,00
	ROZSKENYÉR	96	3	1	20	0	0,58	0,00
	Étkezés összesen:	215	9	7	31	53	0,59	2,24
E	DÖRZSTARHONYALEVES	264	7	7	39	36	0,11	0,42
	CSIRKEPAPRIKÁS	275	14	20	7	56	0,32	4,17
	TÉSZTAKÖRET	290	8	10	40	40	0,11	1,25
	Étkezés összesen:	829	29	37	86	132	0,55	5,84
U	KAKAOSCSIGA	202	8	4	47	0	0,25	0,00
	Étkezés összesen:	202	8	4	47	0	0,25	0,00
	Napi összesen:	1246	46	48	164	185	1,39	8,08



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
	DELMA - VITAMINOZOTT		23	0	3	0	12	0,09	0,00
	ZÖLDSÉGES FELVÁGOTT	SZÓJA *	16	2	1	0	11	0,12	0,85
	RETEK		3	0	0	0	0	0,00	0,00
	TELJES KIÓRLÉSŰ KENYÉR		0	0	0	0	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			75	2	4	8	23	0,21	0,85
E	PARADICSOMLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS	209	5	8	27	11	0,39	0,89
	RAKOTT BROKKOLI	TEJ *	535	27	38	15	93	1,08	6,89
Étkezés összesen:			744	32	46	42	104	1,47	7,78
U	JAM		65	0	0	16	0	0,00	0,00
	KIFLI - ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	40	1	0	5	0	0,22	0,00
Étkezés összesen:			105	1	0	21	0	0,22	0,00
Napi összesen:			924	35	50	71	127	1,91	8,63
KEDD		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
T	TEJBEDARA	TEJ *GLUTÉN *	146	7	2	24	7	0,15	1,05
Étkezés összesen:			146	7	2	24	7	0,15	1,05
E	ZÖLDSÉGES PULYKARAGULEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	270	13	12	25	48	0,10	1,57
	CARBONARA SPAGETTI	GLUTÉN-TOJÁS *SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	354	17	11	44	84	0,97	3,68
Étkezés összesen:			624	30	23	69	132	1,07	5,26
U	MAGYAROS VAJKRÉM	TEJ *	29	0	3	0	9	0,09	1,44
	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:			213	14	18	27	9	0,59	1,45
Napi összesen:			983	51	43	120	148	1,81	7,76
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
	FÓTT TOJÁS	TOJÁS *	34	3	2	0	90	0,00	0,93
	PARADICSOM		7	0	0	1	0	0,00	0,00
	DELMA - VITAMINOZOTT		23	0	3	0	12	0,09	0,00
	KENYÉR	GLUTÉN-SZÓJA *	52	2	0	9	0	0,40	0,00
Étkezés összesen:			149	5	5	18	102	0,49	0,93
E	CSONTLEVES	GLUTÉN-TOJÁS	194	8	2	36	32	0,12	0,27
	ZÖLDBORSÓFŐZELÉK	TEJ *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR *	158	4	9	14	5	0,03	1,60
	SERTÉSPÖRKÖLT		242	11	20	2	34	0,38	3,15
	KENYÉR-T.KIÓRL.-FŐZELÉKHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	59	2	0	11	0	0,30	0,00
Étkezés összesen:			653	25	31	63	71	0,84	5,05
U	SAJTOS KOCKA	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:			918	33	42	94	173	1,97	5,98
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
	TÚRÓSBATYU	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	230	7	3	30	0	0,75	0,00
Étkezés összesen:			305	12	5	38	8	0,90	1,22
E	FRANCIA HAGYMALEVES	TEJ *GLUTÉN-TOJÁS *	82	3	2	12	13	0,23	0,97
	RÁNTOTT BORDA	TOJÁS *GLUTÉN-TOJÁS *	219	15	9	18	47	0,18	2,21
	ZÖLDSÉGES BULGUR	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	231	2	20	9	0	0,01	2,28
Étkezés összesen:			532	20	31	39	60	0,43	5,47
U	ALMA		32	0	0	7	0	0,01	0,00
	DELMA - VITAMINOZOTT		23	0	3	0	12	0,09	0,00
	BAGETT	GLUTÉN-TEJ *	35	2	0	7	0	0,25	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!



		90	2	3	14	12	0,35	0,00	
Étkezés összesen:									
Napi összesen:		927	34	39	91	80	1,69	6,69	
PÉNTEK		Allergének						Telített	
		Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Zsír sav g	
T	LIMONÁDÉ	44	0	1	10	0	0,00	0,00	
	HALPÁSTÉTOM	48	4	4	0	36	0,00	1,51	
	UBORKA FRISS	3	0	0	0	0	0,00	0,00	
	ROZSKENYÉR	72	2	0	15	0	0,43	0,00	
	Étkezés összesen:	167	6	5	25	36	0,44	1,52	
E	DÖRZSTARHONYALEVES	250	6	8	35	36	0,11	0,53	
	CSIRKEPAPRIKÁS	197	12	15	4	43	0,22	2,69	
	TÉSZTAKÖRET	218	3	16	15	14	0,05	1,83	
	Étkezés összesen:	665	21	39	54	93	0,39	5,06	
U	KAKAOSCSIGA	202	8	4	47	0	0,25	0,00	
	Étkezés összesen:	202	8	4	47	0	0,25	0,00	
	Napi összesen:	1034	35	48	126	129	1,08	6,58	