

<b>HÉTFŐ</b>	Allergének	<b>Kcal</b>	<b>F g</b>	<b>Zs g</b>	<b>Szh g</b>	<b>Kol mg</b>	<b>Só g</b>	<b>Telített Zsír sav g</b>
<b>E</b> <b>LEBBENCSELEVES</b>	GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER *	240	5	11	27	22	0,59	1,32
<b>TEJSZÍNES CSIRKERAGU</b>	GLUTÉN *TEJ *	297	15	22	9	86	1,08	8,26
<b>RIZSKÖRET</b>		333	5	13	47	0	0,01	1,48
<b>Étkezés összesen:</b>		<b>870</b>	<b>25</b>	<b>46</b>	<b>83</b>	<b>108</b>	<b>1,69</b>	<b>11,08</b>
<b>Napi összesen:</b>		<b>870</b>	<b>25</b>	<b>46</b>	<b>83</b>	<b>108</b>	<b>1,69</b>	<b>11,08</b>
<b>KEDD</b>	Allergének	<b>Kcal</b>	<b>F g</b>	<b>Zs g</b>	<b>Szh g</b>	<b>Kol mg</b>	<b>Só g</b>	<b>Telített Zsír sav g</b>
<b>E</b> <b>ERŐLEVES</b>	GLUTÉN-TOJÁS	249	10	2	46	36	0,17	0,32
<b>VADASRAGU</b>	GLUTÉN *TEJ *MUSTÁR	299	27	17	8	91	2,49	5,43
<b>TÉSZTAKÖRET</b>	GLUTÉN-TOJÁS *	282	9	7	44	43	0,28	0,94
<b>Étkezés összesen:</b>		<b>830</b>	<b>46</b>	<b>26</b>	<b>98</b>	<b>170</b>	<b>2,95</b>	<b>6,71</b>
<b>Napi összesen:</b>		<b>830</b>	<b>46</b>	<b>26</b>	<b>98</b>	<b>170</b>	<b>2,95</b>	<b>6,71</b>
<b>SZERDA</b>	Allergének	<b>Kcal</b>	<b>F g</b>	<b>Zs g</b>	<b>Szh g</b>	<b>Kol mg</b>	<b>Só g</b>	<b>Telített Zsír sav g</b>
<b>E</b> <b>KERTÉSZLEVES</b>	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS *	201	8	2	37	32	0,66	0,27
<b>SÁRGABORSÓ FŐZELEK</b>	GLUTÉN *	357	17	11	45	0	0,51	1,14
<b>FOKHAGYMÁS PULYKAHÚS</b>	ZELLER *	244	17	17	3	60	1,54	2,22
<b>Étkezés összesen:</b>		<b>802</b>	<b>42</b>	<b>30</b>	<b>85</b>	<b>92</b>	<b>2,72</b>	<b>3,64</b>
<b>Napi összesen:</b>		<b>802</b>	<b>42</b>	<b>30</b>	<b>85</b>	<b>92</b>	<b>2,72</b>	<b>3,64</b>
<b>CSÜTÖRTÖK</b>	Allergének	<b>Kcal</b>	<b>F g</b>	<b>Zs g</b>	<b>Szh g</b>	<b>Kol mg</b>	<b>Só g</b>	<b>Telített Zsír sav g</b>
<b>E</b> <b>BARACKKRÉMLEVES</b>	GLUTÉN *TEJ *	178	3	5	27	14	1,54	2,42
<b>SÜLT TARJA</b>	MUSTÁR	293	15	25	1	76	3,34	7,38
<b>PETREZSELYMES BURGONYA</b>		391	6	8	57	0	0,06	0,91
<b>CSEMEGE UBORKA</b>		2	0	0	0	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>		<b>864</b>	<b>24</b>	<b>38</b>	<b>85</b>	<b>90</b>	<b>4,94</b>	<b>10,72</b>
<b>Napi összesen:</b>		<b>864</b>	<b>24</b>	<b>38</b>	<b>85</b>	<b>90</b>	<b>4,94</b>	<b>10,72</b>
<b>PÉNTEK</b>	Allergének	<b>Kcal</b>	<b>F g</b>	<b>Zs g</b>	<b>Szh g</b>	<b>Kol mg</b>	<b>Só g</b>	<b>Telített Zsír sav g</b>
<b>E</b> <b>BABGULYÁS.</b>	ZELLER *	434	29	17	39	48	1,27	3,16
<b>LEKVÁROSBUKTA</b>	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	230	8	1	50	0	0,50	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>		<b>664</b>	<b>37</b>	<b>18</b>	<b>89</b>	<b>48</b>	<b>1,77</b>	<b>3,16</b>
<b>Napi összesen:</b>		<b>664</b>	<b>37</b>	<b>18</b>	<b>89</b>	<b>48</b>	<b>1,77</b>	<b>3,16</b>



HÉTFŐ		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír-sav g
T	TEJESKÁVÉ	TEJ *	148	7	3	22	10	0,20	1,62
	FATÖRZS KIFLI	GLUTÉN-TEJ *	226	6	4	40	0	0,50	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>374</b>	<b>13</b>	<b>7</b>	<b>62</b>	<b>10</b>	<b>0,70</b>	<b>1,62</b>
E	LEBBENCSSLEVES	GLUTÉN-TOJÁS	272	7	7	41	29	0,12	0,82
	TEJSZÍNES CSIRKERAGU	GLUTÉN *TEJ *	223	21	13	3	90	0,13	4,79
	RIZSKÖRET		287	5	8	47	0	0,01	0,91
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>782</b>	<b>33</b>	<b>28</b>	<b>91</b>	<b>119</b>	<b>0,27</b>	<b>6,52</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1156</b>	<b>46</b>	<b>35</b>	<b>153</b>	<b>129</b>	<b>0,97</b>	<b>8,14</b>
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
	TOJÁSRÁNTOTTA	TOJÁS *	121	2	12	0	72	0,01	1,88
	PARADICSOM		9	0	0	2	0	0,00	0,00
	ROZSKENYÉR	GLUTÉN-SZÓJA *	96	3	1	20	0	0,58	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>289</b>	<b>5</b>	<b>13</b>	<b>37</b>	<b>72</b>	<b>0,59</b>	<b>1,88</b>
E	ERŐLEVES	GLUTÉN-TOJÁS	215	7	6	31	25	0,12	0,78
	VADASRAGU	GLUTÉN *TEJ *MUSTÁR	279	19	19	7	66	0,38	5,24
	TÉSZTAKÖRET	GLUTÉN-TOJÁS *	309	9	10	44	43	0,12	1,28
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>803</b>	<b>35</b>	<b>35</b>	<b>82</b>	<b>134</b>	<b>0,63</b>	<b>7,31</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1092</b>	<b>40</b>	<b>48</b>	<b>119</b>	<b>206</b>	<b>1,23</b>	<b>9,19</b>
SZERDA		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
	KAKAOSCSIGA	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	202	8	4	47	0	0,25	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>398</b>	<b>18</b>	<b>9</b>	<b>74</b>	<b>13</b>	<b>0,50</b>	<b>3,13</b>
E	KERTÉSZLEVES	GLUTÉN-TOJÁS	128	5	1	23	18	0,11	0,17
	SÁRGABORSÓ FŐZELÉK	GLUTÉN *	354	14	16	36	0	0,02	1,71
	FOKHAGYMÁS PULYKAHÚS	GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR *	213	12	17	1	41	0,01	2,11
	KENYÉR-T.KIÖRLÉSŰ-LEVESHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	74	3	1	14	0	0,37	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>769</b>	<b>34</b>	<b>35</b>	<b>74</b>	<b>59</b>	<b>0,52</b>	<b>3,99</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1167</b>	<b>52</b>	<b>44</b>	<b>148</b>	<b>72</b>	<b>1,03</b>	<b>7,12</b>
CSÜTÖRTÖK		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 TV		6	0	0	1	0	0,00	0,00
	KENYÉR-KORPÁS	GLUTÉN-SZÓJA *	112	4	0	23	0	0,60	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>212</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>34</b>	<b>34</b>	<b>0,84</b>	<b>0,00</b>
E	BARACKKRÉMLEVES	GLUTÉN *TEJ *	170	3	7	23	18	0,36	3,03
	SÜLT TARJA	MUSTÁR	406	18	36	0	95	3,90	9,88
	PETREZSELYMES BURGONYA		298	4	10	36	0	0,04	1,14
	CSEMEGE UBORKA		4	0	0	1	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>878</b>	<b>25</b>	<b>53</b>	<b>60</b>	<b>113</b>	<b>4,30</b>	<b>14,06</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1090</b>	<b>31</b>	<b>59</b>	<b>94</b>	<b>147</b>	<b>5,15</b>	<b>14,06</b>
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
	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 *	133	3	0	17	0	0,75	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>256</b>	<b>8</b>	<b>5</b>	<b>32</b>	<b>37</b>	<b>1,12</b>	<b>1,96</b>
E	BABGULYÁS.	ZELLER *	502	37	19	44	65	0,35	3,88
	KENYÉR-HŰSÖSLEVESHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	39	1	0	7	0	0,30	0,00
	LEKVÁROSBUKTA	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	230	8	1	50	0	0,50	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!



<b>Étkezés összesen:</b>	771	46	20	101	65	1,15	3,89
<b>Napi összesen:</b>	1027	54	25	133	102	2,27	5,85



<b>HÉTFŐ</b>		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>T</b>	TEJESKÁVÉ	TEJ *	128	7	3	17	10	0,20	1,62
	FATÖRZS KIFLI	GLUTÉN-TEJ *	226	6	4	40	0	0,50	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>354</b>	<b>13</b>	<b>7</b>	<b>57</b>	<b>10</b>	<b>0,70</b>	<b>1,62</b>
<b>E</b>	LEBBENCSSLEVES	GLUTÉN-TOJÁS	184	5	6	25	22	0,07	0,75
	TEJSZÍNES CSIRKERAGU	GLUTÉN *TEJ *	178	15	11	2	70	0,10	4,27
	RIZSKÖRET		191	2	13	16	0	0,01	1,48
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>553</b>	<b>22</b>	<b>30</b>	<b>43</b>	<b>92</b>	<b>0,18</b>	<b>6,52</b>
<b>U</b>	UBORKA FRISS		3	0	0	0	0	0,00	0,00
	DELMA - VITAMINOZOTT		23	0	3	0	12	0,09	0,00
	SAJTOS KIFLI	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	116	3	6	13	0	0,62	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>142</b>	<b>3</b>	<b>9</b>	<b>13</b>	<b>12</b>	<b>0,73</b>	<b>0,00</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>1049</b>	<b>38</b>	<b>46</b>	<b>113</b>	<b>114</b>	<b>1,61</b>	<b>8,14</b>
<b>KEDD</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
	TOJÁSRÁNTOTTA	TOJÁS *	67	2	6	0	54	0,01	1,12
	PARADICSOM		7	0	0	1	0	0,00	0,00
	ROZSKENYÉR	GLUTÉN-SZÓJA *	72	2	0	15	0	0,43	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>179</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>24</b>	<b>54</b>	<b>0,44</b>	<b>1,13</b>
<b>E</b>	ERŐLEVES	GLUTÉN-TOJÁS	166	5	6	22	18	0,08	0,72
	VADASRAGU	GLUTÉN *TEJ *MUSTÁR	161	10	11	4	36	0,21	3,24
	TÉSZTAKÖRET	GLUTÉN-TOJÁS *	296	6	16	29	29	0,09	1,95
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>623</b>	<b>21</b>	<b>33</b>	<b>55</b>	<b>83</b>	<b>0,39</b>	<b>5,93</b>
<b>U</b>	JOGHURT	TEJ *	80	9	9	9	24	0,10	3,41
	KIFLI - ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	40	1	0	5	0	0,22	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>120</b>	<b>10</b>	<b>9</b>	<b>14</b>	<b>24</b>	<b>0,32</b>	<b>3,41</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>922</b>	<b>35</b>	<b>48</b>	<b>93</b>	<b>161</b>	<b>1,17</b>	<b>10,47</b>
<b>SZERDA</b>		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
<b>T</b>	KAKAÓ	TEJ *	75	5	2	8	8	0,15	1,21
	KAKAOSCSIGA	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *	202	8	4	47	0	0,25	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>277</b>	<b>13</b>	<b>6</b>	<b>55</b>	<b>8</b>	<b>0,40</b>	<b>1,22</b>
<b>E</b>	KERTÉSZLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	152	6	1	28	25	0,10	0,21
	SÁRGABORSÓ FŐZELÉK	GLUTÉN *	263	7	16	22	0	0,01	1,71
	FOKHAGYMÁS PULYKAHÚS	GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR *	84	4	7	1	15	0,00	0,84
	KENYÉR-T.KIÖRLÉSŰ-LEVESHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	30	1	0	6	0	0,15	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>529</b>	<b>18</b>	<b>24</b>	<b>57</b>	<b>40</b>	<b>0,27</b>	<b>2,77</b>
<b>U</b>	ZÖLDSÉGKRÉM	MUSTÁRTOJÁS-MUSTÁR *	79	1	7	3	5	0,17	0,94
	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>117</b>	<b>3</b>	<b>7</b>	<b>10</b>	<b>5</b>	<b>0,42</b>	<b>0,94</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>923</b>	<b>34</b>	<b>37</b>	<b>122</b>	<b>53</b>	<b>1,09</b>	<b>4,93</b>
<b>CSÜTÖRTÖK</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 TV		8	0	0	1	0	0,00	0,00
	KENYÉR-KORPÁS	GLUTÉN-SZÓJA *	93	3	0	19	0	0,50	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>178</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>30</b>	<b>22</b>	<b>0,66</b>	<b>0,00</b>
<b>E</b>	BARACKKRÉMLEVES	GLUTÉN *TEJ *	110	2	4	15	12	0,24	2,02
	SÜLT TARJA	MUSTÁR	316	16	27	1	86	3,51	8,23
	PETREZSELYMES BURGONYA		189	2	10	17	0	0,02	1,14
	CSEMEGE UBORKA		5	0	0	1	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>620</b>	<b>20</b>	<b>41</b>	<b>34</b>	<b>98</b>	<b>3,77</b>	<b>11,40</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>CSÜTÖRTÖK</b>		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír g
<b>U</b> HABOS-PUDING	TEJ *		153	3	8	17	5	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>153</b>	<b>3</b>	<b>8</b>	<b>17</b>	<b>5</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>951</b>	<b>27</b>	<b>53</b>	<b>81</b>	<b>125</b>	<b>4,43</b>	<b>11,40</b>
<b>PÉNTEK</b>		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír g
<b>T</b> TEA			33	0	0	8	0	0,00	0,00
<b>ZÖLDSÉGES FELVÁGOTT</b>	SZÓJA *		16	2	1	0	11	0,12	0,85
<b>DELMA - VITAMINOZOTT</b>			23	0	3	0	12	0,09	0,00
<b>KIFLI - ZSEMLE</b>	GLUTÉN-TEJ *		40	1	0	5	0	0,22	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>112</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>13</b>	<b>23</b>	<b>0,44</b>	<b>0,85</b>
<b>E</b> BABGULYÁS.	ZELLER *		398	24	19	29	41	0,23	3,33
<b>KENYÉR-HÚSOSLEVESHEZ</b>	GLUTÉN-SZÓJA *		13	0	0	2	0	0,10	0,00
<b>LEKVÁROSBUKTA</b>	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *		230	8	1	50	0	0,50	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>641</b>	<b>32</b>	<b>20</b>	<b>81</b>	<b>41</b>	<b>0,83</b>	<b>3,33</b>
<b>U</b> FŐTT KUKORICA			153	10	1	26	0	0,00	0,00
<b>Étkezés összesen:</b>			<b>153</b>	<b>10</b>	<b>1</b>	<b>26</b>	<b>0</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Napi összesen:</b>			<b>906</b>	<b>45</b>	<b>25</b>	<b>120</b>	<b>64</b>	<b>1,27</b>	<b>4,18</b>