



| <b>HÉTFŐ</b>             |  | Allergének | Kcal | F g | Zs g | Szh g | Kol mg | Só g | Telített Zsírsv g |
|--------------------------|--|------------|------|-----|------|-------|--------|------|-------------------|
| <b>E ZÖLDSÉGLEVES</b>    | ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR |            | 145  | 7   | 1    | 26    | 18     | 0,65 | 0,16              |
| <b>PAPRIKÁS BURGONYA</b> | SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *                     |            | 598  | 20  | 34   | 39    | 100    | 2,53 | 12,65             |
| <b>CSEMEGE UBORKA</b>    |  |            | 2    | 0   | 0    | 0     | 0      | 0,00 | 0,00              |

**Étkezés összesen:** 745 27 35 65 118 3,19 12,82

**Napi összesen:** 745 27 35 65 118 3,19 12,82

| <b>KEDD</b>                  |                | Allergének | Kcal | F g | Zs g | Szh g | Kol mg | Só g | Telített Zsírsv g |
|------------------------------|----------------|------------|------|-----|------|-------|--------|------|-------------------|
| <b>E ERDEI GYÜMÖLCSLEVES</b> | GLUTÉN *TEJ *  |            | 269  | 4   | 9    | 26    | 24     | 0,08 | 4,04              |
| <b>BÁCSKAI TARHONYÁSHÚS</b>  | GLUTÉN-TOJÁS * |            | 559  | 23  | 30   | 45    | 98     | 2,36 | 4,28              |
| <b>CÉKLA SAVANYÚSÁG</b>      |                |            | 28   | 1   | 0    | 5     | 0      | 0,22 | 0,00              |

**Étkezés összesen:** 856 28 39 76 122 2,66 8,32

**Napi összesen:** 856 28 39 76 122 2,66 8,32

| <b>SZERDA</b>                     |                        | Allergének | Kcal | F g | Zs g | Szh g | Kol mg | Só g | Telített Zsírsv g |
|-----------------------------------|------------------------|------------|------|-----|------|-------|--------|------|-------------------|
| <b>E ZÖLDBORSÓLEVES-ZÖLDSÉGES</b> | GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER * |            | 164  | 8   | 1    | 29    | 18     | 0,66 | 0,15              |
| <b>BOLOGNAI SPAGETTI</b>          | GLUTÉN-TOJÁS *TEJ *    |            | 578  | 24  | 28   | 54    | 98     | 2,53 | 6,31              |

**Étkezés összesen:** 742 32 29 83 116 3,19 6,47

**Napi összesen:** 742 32 29 83 116 3,19 6,47

| <b>CSÜTÖRTÖK</b>             |                        | Allergének | Kcal | F g | Zs g | Szh g | Kol mg | Só g | Telített Zsírsv g |
|------------------------------|------------------------|------------|------|-----|------|-------|--------|------|-------------------|
| <b>E RESZELT TÉSztALEVES</b> | GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER * |            | 262  | 5   | 11   | 31    | 22     | 0,17 | 1,32              |
| <b>TEMESVARI TOKÁNY</b>      | GLUTÉN *TEJ *          |            | 338  | 12  | 27   | 11    | 46     | 5,35 | 4,60              |
| <b>RIZSKÖRET</b>             |                        |            | 262  | 3   | 13   | 31    | 0      | 0,01 | 1,48              |

**Étkezés összesen:** 862 20 51 73 68 5,53 7,42

**Napi összesen:** 862 20 51 73 68 5,53 7,42

| <b>PÉNTEK</b>                      |                             | Allergének | Kcal | F g | Zs g | Szh g | Kol mg | Só g | Telített Zsírsv g |
|------------------------------------|-----------------------------|------------|------|-----|------|-------|--------|------|-------------------|
| <b>E TÁRKONYOS CSIRKERAGULEVES</b> | TEJ *GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER * |            | 312  | 23  | 15   | 20    | 19     | 2,22 | 3,32              |
| <b>DEJÓSMETÉLT</b>                 | GLUTÉN-TOJÁS *DIÓFÉLE *     |            | 403  | 9   | 11   | 51    | 36     | 0,60 | 1,43              |

**Étkezés összesen:** 715 32 26 71 55 2,82 4,76

**Napi összesen:** 715 32 26 71 55 2,82 4,76



| <b>HÉTFŐ</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 |            | 229        | 9         | 2         | 42        | 72         | 0,16        | 0,63                |
| <b>PAPRIKÁS BURGONYA</b>           | SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *                     |            | 413        | 13        | 22        | 30        | 60         | 1,42        | 7,75                |
| <b>KENYÉR-T.KIŐRL.-FŐZELÉKHEZ</b>  | GLUTÉN-SZÓJA *                         |            | 59         | 2         | 0         | 11        | 0          | 0,30        | 0,00                |
| <b>CSEMEGE UBORKA</b>              |  |            | 4          | 0         | 0         | 1         | 0          | 0,00        | 0,00                |
| <b>Étkezés összesen:</b>           |  |            | <b>705</b> | <b>24</b> | <b>24</b> | <b>84</b> | <b>132</b> | <b>1,88</b> | <b>8,38</b>         |
| <b>Napi összesen:</b>              |  |            | <b>705</b> | <b>24</b> | <b>24</b> | <b>84</b> | <b>132</b> | <b>1,88</b> | <b>8,38</b>         |
| <b>KEDD</b>                        |  | Allergének | Kcal       | F g       | Zs g      | Szh g     | Kol mg     | Só g        | Telített Zsír sav g |
| <b>E ERDEI GYÜMÖLCSLEVES</b>       | GLUTÉN *TEJ *                          |            | 226        | 4         | 7         | 27        | 17         | 0,05        | 2,82                |
| <b>BÁCSKAI TARHONYÁSHÚS</b>        | GLUTÉN-TOJÁS *                         |            | 440        | 18        | 25        | 32        | 77         | 0,30        | 3,64                |
| <b>CÉKLA SAVANYÚSÁG</b>            |  |            | 25         | 1         | 0         | 5         | 0          | 0,19        | 0,00                |
| <b>Étkezés összesen:</b>           |  |            | <b>691</b> | <b>23</b> | <b>32</b> | <b>64</b> | <b>94</b>  | <b>0,55</b> | <b>6,47</b>         |
| <b>Napi összesen:</b>              |  |            | <b>691</b> | <b>23</b> | <b>32</b> | <b>64</b> | <b>94</b>  | <b>0,55</b> | <b>6,47</b>         |
| <b>SZERDA</b>                      |  | Allergének | Kcal       | F g       | Zs g      | Szh g     | Kol mg     | Só g        | Telített Zsír sav g |
| <b>E ZÖLDBORSÓLEVES-ZÖLDSÉGES</b>  | GLUTÉN-TOJÁS                           |            | 163        | 8         | 1         | 29        | 14         | 0,31        | 0,12                |
| <b>BOLOGNAI SPAGETTI</b>           | GLUTÉN-TOJÁS *TEJ *                    |            | 547        | 22        | 32        | 39        | 90         | 1,02        | 8,17                |
| <b>Étkezés összesen:</b>           |  |            | <b>710</b> | <b>30</b> | <b>33</b> | <b>68</b> | <b>104</b> | <b>1,33</b> | <b>8,30</b>         |
| <b>Napi összesen:</b>              |  |            | <b>710</b> | <b>30</b> | <b>33</b> | <b>68</b> | <b>104</b> | <b>1,33</b> | <b>8,30</b>         |
| <b>CSÜTÖRTÖK</b>                   |  | Allergének | Kcal       | F g       | Zs g      | Szh g     | Kol mg     | Só g        | Telített Zsír sav g |
| <b>E RESZELT TÉSztALEVES</b>       | GLUTÉN-TOJÁS                           |            | 205        | 4         | 9         | 24        | 16         | 0,06        | 1,04                |
| <b>TEMESVARI TOKÁNY</b>            | GLUTÉN *TEJ *                          |            | 314        | 12        | 25        | 9         | 52         | 0,85        | 5,15                |
| <b>RIZSKÖRET</b>                   |  |            | 181        | 3         | 8         | 23        | 0          | 0,01        | 0,91                |
| <b>Étkezés összesen:</b>           |  |            | <b>700</b> | <b>19</b> | <b>42</b> | <b>56</b> | <b>68</b>  | <b>0,93</b> | <b>7,12</b>         |
| <b>Napi összesen:</b>              |  |            | <b>700</b> | <b>19</b> | <b>42</b> | <b>56</b> | <b>68</b>  | <b>0,93</b> | <b>7,12</b>         |
| <b>PÉNTEK</b>                      |  | Allergének | Kcal       | F g       | Zs g      | Szh g     | Kol mg     | Só g        | Telített Zsír sav g |
| <b>E TÁRKONYOS CSIRKERAGULEVES</b> | TEJ *GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER *            |            | 340        | 22        | 14        | 30        | 34         | 0,21        | 3,30                |
| <b>DEJÓSMETÉLT</b>                 | GLUTÉN-TOJÁS *DIÓFÉLE *                |            | 349        | 8         | 10        | 45        | 36         | 0,43        | 1,29                |
| <b>Étkezés összesen:</b>           |  |            | <b>689</b> | <b>30</b> | <b>24</b> | <b>75</b> | <b>70</b>  | <b>0,64</b> | <b>4,59</b>         |
| <b>Napi összesen:</b>              |  |            | <b>689</b> | <b>30</b> | <b>24</b> | <b>75</b> | <b>70</b>  | <b>0,64</b> | <b>4,59</b>         |



| <b>HÉTFŐ</b>             |                            | Allergének                             | Kcal        | F g       | Zs g      | Szh g      | Kol mg    | Só g        | Telített Zsír sav g |
|--------------------------|----------------------------|--|-------------|-----------|-----------|------------|-----------|-------------|---------------------|
| <b>T</b>                 | KARAMELLÁS TEJ             | TEJ *                                  | 126         | 6         | 3         | 19         | 9         | 0,17        | 1,37                |
|                          | KALÁCS                     | GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *                     | 100         | 3         | 1         | 19         | 0         | 0,35        | 0,00                |
| <b>Étkezés összesen:</b> |                            |  | <b>226</b>  | <b>9</b>  | <b>4</b>  | <b>38</b>  | <b>9</b>  | <b>0,52</b> | <b>1,38</b>         |
| <b>E</b>                 | ZÖLDSÉGLEVES               | ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR | 186         | 8         | 2         | 34         | 58        | 0,14        | 0,49                |
|                          | PAPRIKÁS BURGONYA          | SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *                     | 287         | 8         | 14        | 25         | 30        | 0,71        | 4,21                |
|                          | KENYÉR-T.KIÖRL.-FŐZELÉKHEZ | GLUTÉN-SZÓJA *                         | 59          | 2         | 0         | 11         | 0         | 0,30        | 0,00                |
|                          | CSEMEGE UBORKA             |  | 5           | 0         | 0         | 1          | 0         | 0,00        | 0,00                |
| <b>Étkezés összesen:</b> |                            |  | <b>537</b>  | <b>18</b> | <b>16</b> | <b>71</b>  | <b>88</b> | <b>1,15</b> | <b>4,72</b>         |
| <b>U</b>                 | ÓSZIBARACK                 |  | 58          | 1         | 0         | 13         | 0         | 0,01        | 0,00                |
|                          | POGÁCSA                    | GLUTÉN-TEJ-TOJÁS-SZÓJA *               | 118         | 3         | 7         | 10         | 0         | 0,25        | 0,00                |
| <b>Étkezés összesen:</b> |                            |  | <b>176</b>  | <b>4</b>  | <b>7</b>  | <b>23</b>  | <b>0</b>  | <b>0,26</b> | <b>0,00</b>         |
| <b>Napi összesen:</b>    |                            |  | <b>939</b>  | <b>31</b> | <b>27</b> | <b>132</b> | <b>97</b> | <b>1,94</b> | <b>6,10</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                |
|                          | 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                |
|                          | UBORKA FRISS               |  | 3           | 0         | 0         | 0          | 0         | 0,00        | 0,00                |
|                          | TELJES KIÖRLÉSŰ ZSEMLE     | GLUTÉN-TEJ *                           | 155         | 12        | 15        | 22         | 0         | 0,50        | 0,00                |
| <b>Étkezés összesen:</b> |                            |  | <b>237</b>  | <b>13</b> | <b>20</b> | <b>32</b>  | <b>15</b> | <b>0,67</b> | <b>0,35</b>         |
| <b>E</b>                 | ERDEI GYÜMÖLCSLEVES        | GLUTÉN *TEJ *                          | 121         | 2         | 3         | 12         | 9         | 0,03        | 1,51                |
|                          | BÁCSKAI TARHONYÁSHÚS       | GLUTÉN-TOJÁS *                         | 360         | 17        | 20        | 26         | 70        | 0,28        | 3,12                |
|                          | CÉKLA SAVANYÚSÁG           |  | 9           | 0         | 0         | 2          | 0         | 0,07        | 0,00                |
| <b>Étkezés összesen:</b> |                            |  | <b>490</b>  | <b>19</b> | <b>23</b> | <b>40</b>  | <b>79</b> | <b>0,38</b> | <b>4,64</b>         |
| <b>U</b>                 | SZERELMESLEVÉL             | GLUTÉN *                               | 286         | 2         | 16        | 32         | 0         | 0,60        | 0,00                |
| <b>Étkezés összesen:</b> |                            |  | <b>286</b>  | <b>2</b>  | <b>16</b> | <b>32</b>  | <b>0</b>  | <b>0,60</b> | <b>0,00</b>         |
| <b>Napi összesen:</b>    |                            |  | <b>1013</b> | <b>34</b> | <b>59</b> | <b>104</b> | <b>94</b> | <b>1,66</b> | <b>4,99</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                |
|                          | VIRSLI                     | SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *                     | 30          | 3         | 2         | 0          | 11        | 0,31        | 1,14                |
|                          | MUSTÁR                     | MUSTÁR                                 | 3           | 0         | 0         | 0          | 0         | 0,06        | 0,00                |
|                          | ROZSKENYÉR                 | GLUTÉN-SZÓJA *                         | 72          | 2         | 0         | 15         | 0         | 0,43        | 0,00                |
| <b>Étkezés összesen:</b> |                            |  | <b>138</b>  | <b>5</b>  | <b>2</b>  | <b>23</b>  | <b>11</b> | <b>0,81</b> | <b>1,15</b>         |
| <b>E</b>                 | ZÖLDBORSÓLEVES-ZÖLDSÉGES   | GLUTÉN-TOJÁS *ZELLER *                 | 123         | 6         | 1         | 22         | 22        | 0,08        | 0,18                |
|                          | BOLOGNAI SPAGETTI          | GLUTÉN-TOJÁS *TEJ *                    | 404         | 15        | 22        | 34         | 63        | 0,48        | 4,07                |
| <b>Étkezés összesen:</b> |                            |  | <b>527</b>  | <b>21</b> | <b>23</b> | <b>56</b>  | <b>85</b> | <b>0,56</b> | <b>4,27</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>891</b>  | <b>33</b> | <b>35</b> | <b>105</b> | <b>96</b> | <b>1,39</b> | <b>23,42</b>        |
| <b>CSÜTÖRTÖK</b>         |                            | Allergének                             | Kcal        | F g       | Zs g      | Szh g      | Kol mg    | Só g        | Telített Zsír sav g |
| <b>T</b>                 | TEJ                        | TEJ *                                  | 75          | 5         | 2         | 8          | 8         | 0,15        | 1,21                |
|                          | CROISSANT - SAJTOS         | GLUTÉN-TEJ-TOJÁS *                     | 111         | 4         | 3         | 28         | 0         | 0,58        | 0,00                |
| <b>Étkezés összesen:</b> |                            |  | <b>186</b>  | <b>9</b>  | <b>5</b>  | <b>36</b>  | <b>8</b>  | <b>0,73</b> | <b>1,22</b>         |
| <b>E</b>                 | RESZELT TÉSztALEVES        | GLUTÉN-TOJÁS                           | 185         | 4         | 7         | 24         | 14        | 0,05        | 0,80                |
|                          | TEMESVARI TOKÁNY           | GLUTÉN *TEJ *                          | 297         | 11        | 25        | 6          | 46        | 0,34        | 4,37                |
|                          | RIZSKÖRET                  |  | 191         | 2         | 13        | 16         | 0         | 0,01        | 1,48                |
| <b>Étkezés összesen:</b> |                            |  | <b>673</b>  | <b>17</b> | <b>45</b> | <b>46</b>  | <b>60</b> | <b>0,42</b> | <b>6,67</b>         |
| <b>U</b>                 | VAJKRÉM                    | TEJ *                                  | 23          | 0         | 2         | 0          | 14        | 0,07        | 1,15                |
|                          | LILAHAGYMA                 |  | 7           | 0         | 0         | 2          | 0         | 0,00        | 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!



|                          |                           | 65          | 2          | 2           | 9            | 14            | 0,32        | 1,16              |                 |
|--------------------------|---------------------------|-------------|------------|-------------|--------------|---------------|-------------|-------------------|-----------------|
| <b>Étkezés összesen:</b> |                           |             |            |             |              |               |             |                   |                 |
| <b>Napi összesen:</b>    |                           | <b>924</b>  | <b>28</b>  | <b>52</b>   | <b>91</b>    | <b>82</b>     | <b>1,47</b> | <b>9,05</b>       |                 |
| <b>PÉNTEK</b>            |                           |             |            |             |              |               |             |                   | <b>Telített</b> |
|                          |                           | <b>Kcal</b> | <b>F g</b> | <b>Zs g</b> | <b>Szh g</b> | <b>Kol mg</b> | <b>Só g</b> | <b>Zsír sav g</b> |                 |
| Allergének               |                           |             |            |             |              |               |             |                   |                 |
| <b>T</b>                 | TEA                       | 33          | 0          | 0           | 8            | 0             | 0,00        | 0,00              |                 |
|                          | BUNDÁSKENYÉR              | 121         | 3          | 8           | 7            | 54            | 0,31        | 1,25              |                 |
|                          | PAPRIKA TV                | 8           | 0          | 0           | 1            | 0             | 0,00        | 0,00              |                 |
|                          | <b>Étkezés összesen:</b>  | <b>162</b>  | <b>3</b>   | <b>8</b>    | <b>16</b>    | <b>54</b>     | <b>0,31</b> | <b>1,26</b>       |                 |
| <b>E</b>                 | TÁRKONYOS CSIRKERAGULEVES | 281         | 19         | 11          | 25           | 30            | 0,19        | 2,91              |                 |
|                          | DEJÓSMETÉLT               | 381         | 10         | 9           | 54           | 43            | 0,12        | 1,12              |                 |
|                          | <b>Étkezés összesen:</b>  | <b>662</b>  | <b>29</b>  | <b>20</b>   | <b>79</b>    | <b>73</b>     | <b>0,31</b> | <b>4,05</b>       |                 |
| <b>U</b>                 | KOCKASAJT KICSI           | 13          | 1          | 1           | 0            | 4             | 0,03        | 0,58              |                 |
|                          | TELJES KIÖRLÉSŰ KIFLI     | 155         | 12         | 15          | 22           | 0             | 0,50        | 0,00              |                 |
|                          | <b>Étkezés összesen:</b>  | <b>168</b>  | <b>13</b>  | <b>16</b>   | <b>22</b>    | <b>4</b>      | <b>0,53</b> | <b>0,58</b>       |                 |
|                          | <b>Napi összesen:</b>     | <b>992</b>  | <b>45</b>  | <b>44</b>   | <b>117</b>   | <b>131</b>    | <b>1,16</b> | <b>5,89</b>       |                 |