

HÉTFŐ		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E	ZELLERKRÉMLEVES	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	269	5	18	21	26	1,17	3,99
	SERTÉSPÖRKÖLT	ZELLER *	292	22	20	3	68	1,37	4,25
	FŐTT BURGONYA		253	5	0	45	0	0,04	0,00
	CSEMEGE UBORKA		2	0	0	0	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			816	32	38	69	94	2,59	8,26
Napi összesen:			816	32	38	69	94	2,59	8,26
KEDD		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E	KERTÉSZLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS *	201	8	2	37	32	0,66	0,27
	ÉDES-SAVANYÚ CSIRKEMELL	GLUTÉN-SZÓJA-MUSTÁR *	324	51	7	11	0	2,79	1,23
	RIZSKÖRET		262	3	13	31	0	0,01	1,48
Étkezés összesen:			787	62	22	79	32	3,46	3,00
Napi összesen:			787	62	22	79	32	3,46	3,00
SZERDA		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E	ERŐLEVES	GLUTÉN-TOJÁS	249	10	2	46	36	0,17	0,32
	VADASRAGU	GLUTÉN *TEJ *MUSTÁR	267	23	15	8	77	2,42	4,86
	TÉSZTAKÖRET	GLUTÉN-TOJÁS *	301	10	7	47	47	0,29	0,97
Étkezés összesen:			817	43	24	101	160	2,90	6,16
Napi összesen:			817	43	24	101	160	2,90	6,16
CSÜTÖRTÖK		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
	SÁRGABORSÓ FŐZELEK	GLUTÉN *	357	17	11	45	0	0,51	1,14
	FOKHAGYMÁS CSIRKEHÚS	ZELLER *	186	13	13	3	44	1,62	1,92
Étkezés összesen:			842	36	34	88	66	2,72	3,95
Napi összesen:			842	36	34	88	66	2,72	3,95
PÉNTEK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E	DARAGALUSKA-LEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	186	7	2	34	54	0,59	0,56
	HÚSOS KÁPOSZTA	ZELLER *TEJ *	675	25	56	13	106	0,78	9,67
Étkezés összesen:			861	32	58	47	160	1,37	10,23
Napi összesen:			861	32	58	47	160	1,37	10,23

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
Étkezés összesen:			374	13	7	62	10	0,70	1,62
E	ZELLERKRÉMLEVES	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	246	5	15	22	22	0,18	3,16
	SERTÉSPÖRKÖLT		250	13	20	2	41	0,20	3,44
	FŐTT BURGONYA		253	5	0	45	0	0,04	0,00
	CSEMEGE UBORKA		4	0	0	1	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			753	23	35	70	63	0,43	6,60
U	SZALÁMI	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	26	1	2	0	6	0,16	0,80
	DELMA - VITAMINOZOTT		23	0	3	0	12	0,09	0,00
	PAPRIKA TV		6	0	0	1	0	0,00	0,00
	TELJES KIÓRLÉSŰ ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	0,00
Étkezés összesen:			210	13	20	23	18	0,76	0,81
Napi összesen:			1337	49	62	155	91	1,89	9,03
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
	SAJTKRÉM	TEJ *	73	3	6	0	17	0,00	3,60
	UBORKA FRISS		4	0	0	1	0	0,01	0,00
	BAGETT	GLUTÉN-TEJ *	42	2	0	8	0	0,30	0,00
Étkezés összesen:			182	5	6	24	17	0,31	3,60
E	KERTÉSZLEVES	GLUTÉN-TOJÁS	128	5	1	23	18	0,11	0,17
	ÉDES-SAVANYÚ CSIRKEMELL	GLUTÉN-SZÓJA-MUSTÁR *	256	38	7	8	0	2,73	1,08
	RIZSKÖRET		358	7	8	62	0	0,01	0,91
Étkezés összesen:			742	50	16	93	18	2,86	2,16
U	TEJSZELET	TEJ *	118	2	8	10	0	0,00	0,00
	BANÁN		52	1	0	13	0	0,03	0,00
Étkezés összesen:			170	3	8	23	0	0,03	0,00
Napi összesen:			1094	58	30	140	35	3,20	5,76
SZERDA		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
	PARADICSOM		9	0	0	2	0	0,00	0,00
	KENYÉR	GLUTÉN-SZÓJA *	195	6	1	35	0	1,50	0,00
Étkezés összesen:			298	8	7	47	34	1,74	0,00
E	ERŐLEVES	GLUTÉN-TOJÁS	215	7	6	31	25	0,12	0,78
	VADASRAGU	GLUTÉN *TEJ *MUSTÁR	230	13	16	7	46	0,29	4,37
	TÉSZTAKÖRET	GLUTÉN-TOJÁS *	270	8	10	36	36	0,10	1,22
Étkezés összesen:			715	28	32	74	107	0,51	6,39
U	KEFIR	TEJ *	132	6	7	9	10	0,35	3,41
	TELJES KIÓRLÉSŰ KIFLI	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	0,00
Étkezés összesen:			287	18	22	31	10	0,85	3,41
Napi összesen:			1300	54	61	152	151	3,11	9,80
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
	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
Étkezés összesen:			256	8	5	32	37	1,12	1,96
E	DÖRZSTARHONYALEVES	GLUTÉN-TOJÁS	264	7	7	39	36	0,11	0,42
	SÁRGABORSÓ FŐZELEK	GLUTÉN *	354	14	16	36	0	0,02	1,71
	FOKHAGYMÁS CSIRKEHÚS	GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR *	192	12	15	1	41	0,08	2,09

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 !

CSÜTÖRTÖK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
E	KENYÉR-T.KIÖRL.-FŐZELEKHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	59	2	0	11	0	0,30	0,00
Étkezés összesen:			869	35	38	87	77	0,52	4,22
U	POGÁCSA	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS-SZÓJA *	118	3	7	10	0	0,25	0,00
	ÓSZIBARACK		58	1	0	13	0	0,01	0,00
Étkezés összesen:			176	4	7	23	0	0,26	0,00
Napi összesen:			1301	47	50	142	114	1,91	6,18
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
	TOJÁSKARIKA	TOJÁS *	34	3	2	0	90	0,00	0,93
	DELMA - VITAMINOZOTT		23	0	3	0	12	0,09	0,00
	PAPRIKA PRITAMIN		17	1	0	3	0	0,00	0,00
	ROZSKENYÉR	GLUTÉN-SZÓJA *	96	3	1	20	0	0,58	0,00
Étkezés összesen:			233	7	6	38	102	0,67	0,93
E	DARAGALUSKA-LEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	192	6	7	27	36	0,09	0,94
	HÚSOS KÁPOSZTA	TEJ *	470	20	39	6	86	1,74	6,94
	KENYÉR - FŐZELEKHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	104	3	0	19	0	0,80	0,00
Étkezés összesen:			766	29	46	52	122	2,63	7,90
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:			1229	43	55	120	224	4,30	8,83

HÉTFŐ		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír sav g
T	TEJESKÁVÉ	TEJ *	128	7	3	17	10	0,20	1,62
	FATÖRZS KIFLI	GLUTÉN-TEJ *	226	6	4	40	0	0,50	0,00
Étkezés összesen:			354	13	7	57	10	0,70	1,62
E	ZELLERKRÉMLEVES	GLUTÉN *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	174	3	11	15	12	0,14	1,97
	SERTÉSPÖRKÖLT		218	8	19	2	24	0,33	2,72
	FŐTT BURGONYA		114	2	0	20	0	0,02	0,00
	CSEMEGE UBORKA		5	0	0	1	0	0,00	0,00
Étkezés összesen:			511	13	30	38	36	0,49	4,69
U	SZALÁMI	SZÓJA-TEJ-MUSTÁR *	21	1	2	0	4	0,13	0,64
	DELMA - VITAMINOZOTT		23	0	3	0	12	0,09	0,00
	PAPRIKA TV		8	0	0	1	0	0,00	0,00
	TELJES KIÓRLÉSŰ ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	0,00
Étkezés összesen:			207	13	20	23	16	0,73	0,64
Napi összesen:			1072	39	57	118	62	1,93	6,95
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
	SAJTKRÉM	TEJ *	38	3	3	0	10	0,01	1,80
	UBORKA FRISS		3	0	0	0	0	0,00	0,00
	BAGETT	GLUTÉN-TEJ *	35	2	0	7	0	0,25	0,00
Étkezés összesen:			109	5	3	15	10	0,26	1,80
E	KERTÉSZLEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	191	8	2	35	32	0,12	0,27
	ÉDES-SAVANYÚ CSIRKEMELL	GLUTÉN-SZÓJA-MUSTÁR *	140	14	4	9	0	1,10	0,60
	RIZSKÖRET		262	3	13	31	0	0,01	1,48
Étkezés összesen:			593	25	19	75	32	1,24	2,36
U	TEJSZELET	TEJ *	118	2	8	10	0	0,00	0,00
	BANÁN		52	1	0	13	0	0,03	0,00
Étkezés összesen:			170	3	8	23	0	0,03	0,00
Napi összesen:			872	33	30	113	42	1,54	4,16
SZERDA		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 *	33	1	3	0	22	0,16	0,00
	PARADICSOM		7	0	0	1	0	0,00	0,00
	KENYÉR	GLUTÉN-SZÓJA *	52	2	0	9	0	0,40	0,00
Étkezés összesen:			136	3	4	20	22	0,56	0,00
E	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
Étkezés összesen:			623	21	33	55	83	0,39	5,93
U	KEFIR	TEJ *	132	6	7	9	10	0,35	3,41
	TELJES KIÓRLÉSŰ KIFLI	GLUTÉN-TEJ *	155	12	15	22	0	0,50	0,00
Étkezés összesen:			287	18	22	31	10	0,85	3,41
Napi összesen:			1046	42	59	106	115	1,81	9,34
CSÜTÖRTÖK		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
	ZÖLDSÉGES FELVÁGOTT	SZÓJA *	16	2	1	0	11	0,12	0,85
	DELMA - VITAMINOZOTT		23	0	3	0	12	0,09	0,00
	KIFLI - ZSEMLE	GLUTÉN-TEJ *	40	1	0	5	0	0,22	0,00
Étkezés összesen:			112	3	4	13	23	0,44	0,85
E	DÖRZSTARHONYALEVES	GLUTÉN-TOJÁS	250	6	8	35	36	0,11	0,53
	SÁRGABORSÓ FŐZELEK	GLUTÉN *	263	7	16	22	0	0,01	1,71
	FOKHAGYMÁS CSIRKEHÚS	GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR *	76	4	6	1	15	0,02	0,83

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 !

CSÜTÖRTÖK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír g
E	KENYÉR-T.KIÖRL.-FŐZELEKHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	59	2	0	11	0	0,30	0,00
Étkezés összesen:			648	19	30	69	51	0,45	3,08
U	POGÁCSA	GLUTÉN-TEJ-TOJÁS-SZÓJA *	118	3	7	10	0	0,25	0,00
	ÓSZIBARACK		58	1	0	13	0	0,01	0,00
Étkezés összesen:			176	4	7	23	0	0,26	0,00
Napi összesen:			936	26	41	105	74	1,16	3,93
PÉNTEK		Allergének	Kcal	F g	Zs g	Szh g	Kol mg	Só g	Telített Zsír g
T	TEA		33	0	0	8	0	0,00	0,00
	TOJÁSKARIKA	TOJÁS *	34	3	2	0	90	0,00	0,93
	DELMA - VITAMINOZOTT		23	0	3	0	12	0,09	0,00
	PAPRIKA PRITAMIN		29	2	0	5	0	0,00	0,00
	ROZSKENYÉR	GLUTÉN-SZÓJA *	72	2	0	15	0	0,43	0,00
Étkezés összesen:			191	7	5	28	102	0,53	0,93
E	DARAGALUSKA-LEVES	ZELLER *GLUTÉN-TOJÁS-TEJ-ZELLER-MUSTÁR	117	3	4	17	18	0,05	0,52
	HÚSOS KÁPOSZTA	TEJ *	337	14	28	5	57	1,75	4,45
	KENYÉR - FŐZELEKHEZ	GLUTÉN-SZÓJA *	65	2	0	12	0	0,50	0,00
Étkezés összesen:			519	19	32	34	75	2,31	4,98
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:			940	33	40	92	177	3,84	5,91