



HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

T	<p><b>Csirkemell csemege(2-8-10)</b> Kal: 31 F: 4g Zs: 2g Szh: 0g So:0,6g Tzs:0,2g C:0,0g</p> <p><b>Delma(1-2)</b> Kal: 5 F: 0g Zs: 1g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g</p> <p><b>Teljeskiőrlésű kenyér(1)</b> Kal:148 F: 6g Zs: 1g Szh:28g So:0,8g Tzs:0,0g C:0,0g</p>	<p><b>Ráma vajás íz(2)</b> Kal: 37 F: 0g Zs:12g Szh: 0g So:0,1g Tzs:2,9g C:0,0g</p> <p><b>Zsemle 50gr(1)</b> Kal:149 F: 4g Zs: 1g Szh:30g So:0,6g Tzs:0,3g C:0,0g</p> <p><b>Jégcsapretek</b> Kal: 5 F: 0g Zs: 0g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g</p>	<p><b>Zöldfűszeres vajkrém(2)</b> Kal: 98 F: 1g Zs:10g Szh: 1g So:0,3g Tzs:4,8g C:0,0g</p> <p><b>Magvas barnakenyér(1-2-3-5-9)</b> Kal: 78 F: 3g Zs: 2g Szh: 2g So:0,5g Tzs:0,0g C:0,0g</p>	<p><b>Kenőmájás(2-8-10)</b> Kal: 84 F: 3g Zs: 8g Szh: 0g So:0,4g Tzs:1,9g C:0,0g</p> <p><b>Búzakorpás diákrúd(1-5)</b> Kal:133 F: 4g Zs: 1g Szh:23g So:0,5g Tzs:0,4g C:0,0g</p> <p><b>Uborka</b> Kal: 3 F: 0g Zs: 0g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g</p>	<p><b>Reszelt sajt(2)</b> Kal: 57 F: 4g Zs: 4g Szh: 0g So:0,2g Tzs:2,7g C:0,0g</p> <p><b>Burgonyás kenyér(1)</b> Kal:127 F: 5g Zs: 0g Szh:26g So:0,8g Tzs:0,0g C:0,0g</p> <p><b>Liga(2)</b> Kal: 22 F: 0g Zs: 0g Szh: 0g So:0,1g Tzs:0,0g C:0,0g</p> <p><b>Hónapos retek</b> Kal: 6 F: 0g Zs: 0g Szh: 1g So:0,1g Tzs:0,0g C:0,0g</p>
	g	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk</p> <p>184 10 4 28 1,3 0 0,0</p>	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk</p> <p>191 5 13 31 0,7 3 0,0</p>	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk</p> <p>175 3 12 3 0,8 5 0,0</p>	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk</p> <p>219 7 8 23 0,9 2 0,0</p>
E	<p><b>Babgulyás(1-4)</b> Kal:389 F:26g Zs:19g Szh:41g So:0,1g Tzs:1,2g</p> <p><b>Daras metelt(1-3)</b> Kal:543 F:11g Zs:14g Szh:**g So:1,1g Tzs:0,6g C: 44g</p> <p><b>Porcukorszórat</b> Kal: 61 F: 0g Zs: 0g Szh:15g So:0,0g Tzs:0,0g C: 15g</p> <p><b>Lekvár tésztára</b> Kal: 37 F: 0g Zs: 0g Szh: 9g So:0,0g Tzs:0,0g C:8,8g</p> <p><b>Kenyér ebédhez(1)</b> Kal: 89 F: 4g Zs: 1g Szh:17g So:0,5g Tzs:0,0g C:0,0g</p>	<p><b>Zöldsegleves(4)</b> Kal: 44 F: 2g Zs: 4g Szh: 7g So:0,1g Tzs:0,0g C:2,5g</p> <p><b>Szecsuani csirkemell(1-3-4)</b> Kal:263 F:19g Zs:13g Szh:16g So:1,9g Tzs:0,7g</p> <p><b>Jázmin rizs</b> Kal: 9 F: 0g Zs: 2g Szh: 2g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g</p>	<p><b>Köménymag leves(1)</b> Kal: 12 F: 0g Zs: 5g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,1g C:0,2g</p> <p><b>Levesgyöngy(1-3)</b> Kal: 6 F: 0g Zs: 0g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g</p> <p><b>Sertéspaprikás(1-2-11)</b> Kal:161 F:16g Zs:16g Szh: 4g So:0,2g Tzs:1,1g C:0,2g</p> <p><b>Tésztakoret(1-3)</b> Kal:249 F: 9g Zs: 5g Szh:51g So:1,1g Tzs:0,5g C:0,0g</p> <p><b>Alma</b> Kal: 81 F: 1g Zs: 1g Szh:17g So:0,0g Tzs:0,0g C: 11g</p>	<p><b>Májgaluska leves(4-1-8)</b> Kal: 62 F: 2g Zs: 1g Szh:11g So:0,1g Tzs:0,0g C:1,9g</p> <p><b>Tejfölös burgonyafőzelék(1-2-3-8)</b> Kal:237 F: 4g Zs: 4g Szh:34g So:0,1g Tzs:3,5g C:0,0g</p> <p><b>Sertésporkolt(1-11)</b> Kal:172 F:19g Zs:16g Szh: 4g So:0,2g Tzs:0,1g C:0,2g</p> <p><b>Kenyér ebédhez(1)</b> Kal: 89 F: 4g Zs: 1g Szh:17g So:0,5g Tzs:0,0g C:0,0g</p>	<p><b>Lebbencseleves(4-1-3)</b> Kal:180 F: 4g Zs: 3g Szh:29g So:0,1g Tzs:0,9g C:0,2g</p> <p><b>Rakott karfiol húsmentes(3-2)</b> Kal:225 F:15g Zs:21g Szh:13g So:2,0g Tzs:4,9g C:0,3g</p> <p><b>Ivólé</b> Kal: 96 F: 0g Zs: 0g Szh:22g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g</p>
	g	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk</p> <p>1119 41 0 199 1,6 2 70</p>	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk</p> <p>316 21 19 25 2,0 1 8,9</p>	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk</p> <p>507 25 28 74 1,3 2 11</p>	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk</p> <p>560 30 22 65 0,8 4 2,1</p>
U	<p><b>Burgonyás pogácsa(1-2-3-8)</b> Kal:116 F: 2g Zs: 5g Szh:14g So:1,1g Tzs:0,0g C:0,0g</p>	<p><b>Túrórudi(2)</b> Kal: 85 F: 6g Zs: 3g Szh: 8g So:0,0g Tzs:4,6g C:0,0g</p> <p><b>Bagett(1)</b> Kal: 25 F:11g Zs: 1g Szh:48g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g</p>	<p><b>Kifli(1)</b> Kal:133 F: 5g Zs: 1g Szh: 3g So:0,4g Tzs:0,0g C:0,0g</p> <p><b>Sonkás kockasajt(1-2)</b> Kal:278 F:11g Zs: 2g Szh:25g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g</p>	<p><b>Banánlevél(1-2-3)</b> Kal:170 F: 5g Zs: 4g Szh:29g So:1,0g Tzs:0,0g C:1,0g</p>	<p><b>Sajtos pogácsa(1-3-2)</b> Kal:160 F: 6g Zs:22g Szh: 7g So:0,3g Tzs:8,1g C:0,2g</p>
	g	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk</p> <p>116 2 5 14 1,1 0 0,0</p>	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk</p> <p>110 17 4 56 0,0 5 0,0</p>	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk</p> <p>411 16 3 28 0,4 0 0,0</p>	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk</p> <p>170 5 4 29 1,0 0 1,0</p>

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket !

\* T.Zs = Telített zsírsav A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk ! \* jelölt étel édesítőt tartalmaz

Glutén (1) ; Tej (2) ; Tojás (3) ; Zeller (4) ; Szezám (5) ; Hal (6) ; Mogyoró (7) ; Szója (8) ; Dióféle (9) ; Mustár (10) ; SO2-Szulfid (11) ; Rákféle (12) ; Csillagfűrt (13) ; Puhatestűek (14)

Élelmezésvezető:..... Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk ! .....