

2018. január 22-26.

4.hét	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Tízórai</b>	Ráma margarin Tea gyümölcsös Kígyóborka Párizsi Zsemle korpás <i>Allergének:</i> glutén, tej  energia 105 kcal      szénhidr.18,8 g fehérje 3,2 g      cukor 20 g zsír 1,7 g      só 0 g	Kakaó Melegszendvics  <i>Allergének:</i> glutén, mustár, tej  energia 60 kcal      szénhidr.6,2 g fehérje 3,4 g      cukor 20,1 g zsír 2,3 g      só 0 g	Tea gyümölcsös Bundás kenyér  <i>Allergének:</i> glutén, tojások  energia 587 kcal      szénhidr.6,4 g fehérje 45,5 g      cukor 20 g zsír 40,1 g      só 0,2 g	Ráma margarin Tej Kalács  <i>Allergének:</i> földimogyoró, glutén, tej, tojások  energia 90 kcal      szénhidr.15,1 g fehérje 3,2 g      cukor 0 g zsír 1,7 g      só 0 g	Tea gyümölcsös Tojásrántotta Zsemle korpás  <i>Allergének:</i> glutén, tojások  energia 1507 kcal      szénhidr.23,9 g fehérje 115,2 g      cukor 20 g zsír 100,2 g      só 0,1 g
<b>Ebéd A</b>	Daragaluska leves Bolognai makaróni Kenyer félbarna Csoki  <i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller  energia 154 kcal      szénhidr.6,6 g fehérje 10,1 g      cukor 10,1 g zsír 9,1 g      só 0,8 g	Hamis gulyásleves Csirke nuggets Finomfőzelék Kenyer félbarna Csoki  <i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller  energia 98 kcal      szénhidr.13,3 g fehérje 3 g      cukor 4 g zsír 3,3 g      só 0,6 g	Kapros zöldségleves Sertéssült Gombás rizs Őszibarackbefőtt Kenyer félbarna  <i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller  energia 85 kcal      szénhidr.13,3 g fehérje 4,4 g      cukor 0 g zsír 1,3 g      só 0,8 g	Ivólé Sült csirkecomb Burgonyapüré Csemege uborka Kenyer félbarna  <i>Allergének:</i> glutén, tej  energia 86 kcal      szénhidr.8,7 g fehérje 7,3 g      cukor 0 g zsír 2 g      só 0,5 g	Tárkonyos raguleves Diós metélt Kenyer félbarna Banán  <i>Allergének:</i> diófélék, glutén, tej, zeller  energia 88 kcal      szénhidr.10,6 g fehérje 3,4 g      cukor 15 g zsír 3,2 g      só 0,5 g
<b>Ebéd B</b>	Daragaluska leves Marhapörkölt Köret tészta Álma paprika Kenyer félbarna Csoki  <i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller  energia 111 kcal      szénhidr.4,7 g fehérje 7,8 g      cukor 0 g zsír 6,4 g      só 0,9 g	Hamis gulyásleves Rakott káposzta Kenyer félbarna Csoki  <i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller  energia 81 kcal      szénhidr.8,2 g fehérje 3,3 g      cukor 0 g zsír 3,5 g      só 0,6 g	Kapros zöldségleves Harcsafilé sörtesztában Vajas burgonya Káposztasaláta vödörös Kenyer félbarna  <i>Allergének:</i> glutén, hal, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller  energia 196 kcal      szénhidr.10,1 g fehérje 12,5 g      cukor 0 g zsír 8,5 g      só 0,8 g	Csontleves Mátrai borzas Mexikói rizs Csemege uborka Kenyer félbarna  <i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller  energia 233 kcal      szénhidr.13,3 g fehérje 17,1 g      cukor 0 g zsír 11,5 g      só 0,9 g	Tárkonyos raguleves Hawaii pizza kész Kenyer félbarna Banán  <i>Allergének:</i> glutén, tej, zeller  energia 90 kcal      szénhidr.11,1 g fehérje 4,9 g      cukor 0 g zsír 2,5 g      só 0,3 g
<b>Uzsonna</b>	Croissant Mandarin  <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 5 kcal      szénhidr.1 g fehérje 0,1 g      cukor 0 g zsír 0 g      só 0 g	Ráma margarin Paprika Téliszalámi Zsemle korpás  <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 101 kcal      szénhidr.16,8 g fehérje 3,4 g      cukor 0 g zsír 2,1 g      só 0,1 g	Sajtos roló Alma  <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 465 kcal      szénhidr.41,4 g fehérje 22,1 g      cukor 0 g zsír 22 g      só 0 g	Kenőmájás Paradicsom Kenyer félbarna  <i>Allergének:</i> glutén, mustár energia 18 kcal      szénhidr.1,6 g fehérje 0,8 g      cukor 0 g zsír 0,9 g      só 0 g	Kifli korpás Krémtúró  <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 256 kcal      szénhidr.25,6 g fehérje 20 g      cukor 0 g zsír 7,4 g      só 0 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Juhász Józsefné  
Főszakács

Horváth Zsigmond  
Élelmezésvezető