

## 2017. november 27. – december 1.

48. HET	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Tízórai</b>	<p>Ráma margarin Tea gyümölcsös Kígyóuborka Párizsi Zsemle korpás</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 105 kcal    szénhidr. 18,8 g fehérje 3,2 g    cukor 20 g zsír 1,7 g    só 0 g</p>	<p>Tea gyümölcsös Halkrém Paradicsom Kenyér félbarna</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, hal, tej</p> <p>energia 102 kcal    szénhidr. 3,6 g fehérje 5,9 g    cukor 20 g zsír 6,8 g    só 0 g</p>	<p>Tea gyümölcsös Hot-dog</p> <p><i>Allergének:</i> mustár</p> <p>energia 33 kcal    szénhidr. 3 g fehérje 1,1 g    cukor 20,1 g zsír 1,8 g    só 0,2 g</p>	<p>Ráma margarin Tej Kifli korpás Méz</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 135 kcal    szénhidr. 23,7 g fehérje 4,7 g    cukor 0 g zsír 1,9 g    só 0 g</p>	<p>Tea gyümölcsös Tojásrántotta Zsemle korpás</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 1507 kcal    szénhidr. 23,9 g fehérje 115,2 g    cukor 20 g zsír 100,2 g    só 0,1 g</p>
<b>Ebéd A</b>	<p>Zöldbaleves Bolognai makaróni Kenyér félbarna Csoki</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 65 kcal    szénhidr. 5,5 g fehérje 3,3 g    cukor 10,1 g zsír 3,1 g    só 0,6 g</p>	<p>Tyúkhúsleves Paprikás burgonya Vegyes vágott Kenyér félbarna Meggyes pite</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 77 kcal    szénhidr. 10,6 g fehérje 2,9 g    cukor 0 g zsír 2,1 g    só 0,7 g</p>	<p>Ananászbefőtt Sajtos pulykatallér Kukoricás rizs Káposztasaláta Kenyér félbarna</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 100 kcal    szénhidr. 16,6 g fehérje 3 g    cukor 20,1 g zsír 2,2 g    só 0,8 g</p>	<p>Ivólé Brassói aprópecsenye Csemege uborka Kenyér félbarna</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 73 kcal    szénhidr. 7,6 g fehérje 4,3 g    cukor 0,1 g zsír 2,8 g    só 0,5 g</p>	<p>Babgulyás Tejbedara Kenyér félbarna Alma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 98 kcal    szénhidr. 17,2 g fehérje 3,9 g    cukor 55 g zsír 1,2 g    só 0,4 g</p>
<b>Ebéd B</b>	<p>Zöldbaleves Marhapörkölt Köret tészta Almapaprika Kenyér félbarna Csoki</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 23 kcal    szénhidr. 3,6 g fehérje 1,1 g    cukor 0 g zsír 0,4 g    só 0,7 g</p>	<p>Tyúkhúsleves Sertéssült Tökfőzelék Vegyes vágott Kenyér félbarna Meggyes pite</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 57 kcal    szénhidr. 5,7 g fehérje 4,1 g    cukor 5 g zsír 1,8 g    só 0,8 g</p>	<p>Francia hagymaleves Grillezett csirkeszárny Pirított burg. Zöld saláta Kenyér félbarna</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 75 kcal    szénhidr. 11,9 g fehérje 2,3 g    cukor 0 g zsír 1 g    só 1,1 g</p>	<p>Gombaleves Csőben sült brokkoli Párolt szilva Kenyér félbarna</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 209 kcal    szénhidr. 8 g fehérje 16,4 g    cukor 5 g zsír 11,6 g    só 0,7 g</p>	<p>Babgulyás Sztrapacska Kenyér félbarna Alma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 491 kcal    szénhidr. 24,5 g fehérje 32,8 g    cukor 0 g zsír 27,2 g    só 0,6 g</p>
<b>Uzsonna</b>	<p>Húsos croissant Mandarin</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 456 kcal    szénhidr. 34,8 g fehérje 4,6 g    cukor 0 g zsír 31,6 g    só 0 g</p>	<p>Joghurt Kifli korpás</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 165 kcal    szénhidr. 25,8 g fehérje 6,3 g    cukor 0 g zsír 3,5 g    só 0 g</p>	<p>Sajtos roló</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 459 kcal    szénhidr. 40 g fehérje 22 g    cukor 0 g zsír 22 g    só 0 g</p>	<p>Ráma margarin Paprika Turista felvágott Zsemle korpás</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 100 kcal    szénhidr. 16,8 g fehérje 3,6 g    cukor 0 g zsír 1,8 g    só 0 g</p>	<p>Lilahagyma Tepertőkrém Kenyér félbarna</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár</p> <p>energia 9 kcal    szénhidr. 1,8 g fehérje 0,4 g    cukor 0,1 g zsír 0,1 g    só 0 g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!