

2018. január 29 - február 2.

5.hét	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek																														
Tízórai	<p style="text-align: center;">Ráma margarin Tej Kígyóuborka Zalai felvágott Zsemle korpás</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <table style="width: 100%; font-size: small;"> <tr> <td>energia 110 kcal</td> <td>szénhidr.18,1 g</td> </tr> <tr> <td>fehérje 4,2 g</td> <td>cukor 0 g</td> </tr> <tr> <td>zsír 2,1 g</td> <td>só 0 g</td> </tr> </table>	energia 110 kcal	szénhidr.18,1 g	fehérje 4,2 g	cukor 0 g	zsír 2,1 g	só 0 g	<p style="text-align: center;">Tea gyümölcsös Hot-dog</p> <p><i>Allergének:</i> mustár</p> <table style="width: 100%; font-size: small;"> <tr> <td>energia 33 kcal</td> <td>szénhidr.3 g</td> </tr> <tr> <td>fehérje 1,1 g</td> <td>cukor 20,1 g</td> </tr> <tr> <td>zsír 1,8 g</td> <td>só 0,2 g</td> </tr> </table>	energia 33 kcal	szénhidr.3 g	fehérje 1,1 g	cukor 20,1 g	zsír 1,8 g	só 0,2 g	<p style="text-align: center;">Ráma margarin Tej Briós Méz</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <table style="width: 100%; font-size: small;"> <tr> <td>energia 132 kcal</td> <td>szénhidr.20,3 g</td> </tr> <tr> <td>fehérje 4 g</td> <td>cukor 0 g</td> </tr> <tr> <td>zsír 3,5 g</td> <td>só 0 g</td> </tr> </table>	energia 132 kcal	szénhidr.20,3 g	fehérje 4 g	cukor 0 g	zsír 3,5 g	só 0 g	<p style="text-align: center;">Ráma margarin Tea gyümölcsös Jégsaláta Tojáskarika Zsemle korpás</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <table style="width: 100%; font-size: small;"> <tr> <td>energia 663 kcal</td> <td>szénhidr.20,8 g</td> </tr> <tr> <td>fehérje 47,8 g</td> <td>cukor 20 g</td> </tr> <tr> <td>zsír 40,9 g</td> <td>só 0 g</td> </tr> </table>	energia 663 kcal	szénhidr.20,8 g	fehérje 47,8 g	cukor 20 g	zsír 40,9 g	só 0 g	<p style="text-align: center;">Tea gyümölcsös Húskrém Kenyér félbarna</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár</p> <table style="width: 100%; font-size: small;"> <tr> <td>energia 16 kcal</td> <td>szénhidr.3,5 g</td> </tr> <tr> <td>fehérje 0,3 g</td> <td>cukor 20 g</td> </tr> <tr> <td>zsír 0 g</td> <td>só 0 g</td> </tr> </table>	energia 16 kcal	szénhidr.3,5 g	fehérje 0,3 g	cukor 20 g	zsír 0 g	só 0 g
energia 110 kcal	szénhidr.18,1 g																																		
fehérje 4,2 g	cukor 0 g																																		
zsír 2,1 g	só 0 g																																		
energia 33 kcal	szénhidr.3 g																																		
fehérje 1,1 g	cukor 20,1 g																																		
zsír 1,8 g	só 0,2 g																																		
energia 132 kcal	szénhidr.20,3 g																																		
fehérje 4 g	cukor 0 g																																		
zsír 3,5 g	só 0 g																																		
energia 663 kcal	szénhidr.20,8 g																																		
fehérje 47,8 g	cukor 20 g																																		
zsír 40,9 g	só 0 g																																		
energia 16 kcal	szénhidr.3,5 g																																		
fehérje 0,3 g	cukor 20 g																																		
zsír 0 g	só 0 g																																		
Ebéd A	<p style="text-align: center;">Francia hagymaleves Pásztortarhonya Cékla Kenyér félbarna</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <table style="width: 100%; font-size: small;"> <tr> <td>energia 56 kcal</td> <td>szénhidr.5,2 g</td> </tr> <tr> <td>fehérje 3,2 g</td> <td>cukor 0 g</td> </tr> <tr> <td>zsír 2,3 g</td> <td>só 0,5 g</td> </tr> </table>	energia 56 kcal	szénhidr.5,2 g	fehérje 3,2 g	cukor 0 g	zsír 2,3 g	só 0,5 g	<p style="text-align: center;">Gyümölcssaláta Rántott harsca kész. Párolt rizs Tartármártás Kenyér félbarna</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, tej, tojások</p> <table style="width: 100%; font-size: small;"> <tr> <td>energia 67 kcal</td> <td>szénhidr.11,3 g</td> </tr> <tr> <td>fehérje 1,4 g</td> <td>cukor 5,1 g</td> </tr> <tr> <td>zsír 1,5 g</td> <td>só 0,6 g</td> </tr> </table>	energia 67 kcal	szénhidr.11,3 g	fehérje 1,4 g	cukor 5,1 g	zsír 1,5 g	só 0,6 g	<p style="text-align: center;">Joghurt Zöldbableves Paprikás burgonya Vegyes vágott Kenyér félbarna</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <table style="width: 100%; font-size: small;"> <tr> <td>energia 130 kcal</td> <td>szénhidr.14,8 g</td> </tr> <tr> <td>fehérje 5,6 g</td> <td>cukor 0 g</td> </tr> <tr> <td>zsír 4,8 g</td> <td>só 0,5 g</td> </tr> </table>	energia 130 kcal	szénhidr.14,8 g	fehérje 5,6 g	cukor 0 g	zsír 4,8 g	só 0,5 g	<p style="text-align: center;">Ivólé Grillezett csirkemell Bulgur Zöld saláta Kenyér félbarna</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <table style="width: 100%; font-size: small;"> <tr> <td>energia 56 kcal</td> <td>szénhidr.7,1 g</td> </tr> <tr> <td>fehérje 4,6 g</td> <td>cukor 0 g</td> </tr> <tr> <td>zsír 0,4 g</td> <td>só 0,8 g</td> </tr> </table>	energia 56 kcal	szénhidr.7,1 g	fehérje 4,6 g	cukor 0 g	zsír 0,4 g	só 0,8 g	<p style="text-align: center;">Babgulyás Tejbedara Kenyér félbarna Alma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <table style="width: 100%; font-size: small;"> <tr> <td>energia 98 kcal</td> <td>szénhidr.17,2 g</td> </tr> <tr> <td>fehérje 3,9 g</td> <td>cukor 55 g</td> </tr> <tr> <td>zsír 1,2 g</td> <td>só 0,4 g</td> </tr> </table>	energia 98 kcal	szénhidr.17,2 g	fehérje 3,9 g	cukor 55 g	zsír 1,2 g	só 0,4 g
energia 56 kcal	szénhidr.5,2 g																																		
fehérje 3,2 g	cukor 0 g																																		
zsír 2,3 g	só 0,5 g																																		
energia 67 kcal	szénhidr.11,3 g																																		
fehérje 1,4 g	cukor 5,1 g																																		
zsír 1,5 g	só 0,6 g																																		
energia 130 kcal	szénhidr.14,8 g																																		
fehérje 5,6 g	cukor 0 g																																		
zsír 4,8 g	só 0,5 g																																		
energia 56 kcal	szénhidr.7,1 g																																		
fehérje 4,6 g	cukor 0 g																																		
zsír 0,4 g	só 0,8 g																																		
energia 98 kcal	szénhidr.17,2 g																																		
fehérje 3,9 g	cukor 55 g																																		
zsír 1,2 g	só 0,4 g																																		
Ebéd B	<p style="text-align: center;">Francia hagymaleves Lecsós sertésszelet Zsemlegombóc Kenyér félbarna</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <table style="width: 100%; font-size: small;"> <tr> <td>energia 160 kcal</td> <td>szénhidr.8,5 g</td> </tr> <tr> <td>fehérje 10,4 g</td> <td>cukor 5 g</td> </tr> <tr> <td>zsír 8,8 g</td> <td>só 0,8 g</td> </tr> </table>	energia 160 kcal	szénhidr.8,5 g	fehérje 10,4 g	cukor 5 g	zsír 8,8 g	só 0,8 g	<p style="text-align: center;">Vajas galuskaleves Lyoni sertésmáj Burgonyapüré Alma paprika Kenyér félbarna</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <table style="width: 100%; font-size: small;"> <tr> <td>energia 139 kcal</td> <td>szénhidr.11,4 g</td> </tr> <tr> <td>fehérje 9,6 g</td> <td>cukor 0 g</td> </tr> <tr> <td>zsír 5,5 g</td> <td>só 0,9 g</td> </tr> </table>	energia 139 kcal	szénhidr.11,4 g	fehérje 9,6 g	cukor 0 g	zsír 5,5 g	só 0,9 g	<p style="text-align: center;">Joghurt Zöldbableves Rakott karfiol Kenyér félbarna</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <table style="width: 100%; font-size: small;"> <tr> <td>energia 114 kcal</td> <td>szénhidr.10,8 g</td> </tr> <tr> <td>fehérje 6,8 g</td> <td>cukor 0 g</td> </tr> <tr> <td>zsír 4,6 g</td> <td>só 0,4 g</td> </tr> </table>	energia 114 kcal	szénhidr.10,8 g	fehérje 6,8 g	cukor 0 g	zsír 4,6 g	só 0,4 g	<p style="text-align: center;">Olasz zöldségleves Brassói aprópecsenye Csemege uborka Kenyér félbarna</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, zeller</p> <table style="width: 100%; font-size: small;"> <tr> <td>energia 80 kcal</td> <td>szénhidr.8 g</td> </tr> <tr> <td>fehérje 4,7 g</td> <td>cukor 0,1 g</td> </tr> <tr> <td>zsír 3,1 g</td> <td>só 0,8 g</td> </tr> </table>	energia 80 kcal	szénhidr.8 g	fehérje 4,7 g	cukor 0,1 g	zsír 3,1 g	só 0,8 g	<p style="text-align: center;">Babgulyás Túrógombóc Kenyér félbarna Alma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <table style="width: 100%; font-size: small;"> <tr> <td>energia 74 kcal</td> <td>szénhidr.11,2 g</td> </tr> <tr> <td>fehérje 3,4 g</td> <td>cukor 10 g</td> </tr> <tr> <td>zsír 1,4 g</td> <td>só 0,3 g</td> </tr> </table>	energia 74 kcal	szénhidr.11,2 g	fehérje 3,4 g	cukor 10 g	zsír 1,4 g	só 0,3 g
energia 160 kcal	szénhidr.8,5 g																																		
fehérje 10,4 g	cukor 5 g																																		
zsír 8,8 g	só 0,8 g																																		
energia 139 kcal	szénhidr.11,4 g																																		
fehérje 9,6 g	cukor 0 g																																		
zsír 5,5 g	só 0,9 g																																		
energia 114 kcal	szénhidr.10,8 g																																		
fehérje 6,8 g	cukor 0 g																																		
zsír 4,6 g	só 0,4 g																																		
energia 80 kcal	szénhidr.8 g																																		
fehérje 4,7 g	cukor 0,1 g																																		
zsír 3,1 g	só 0,8 g																																		
energia 74 kcal	szénhidr.11,2 g																																		
fehérje 3,4 g	cukor 10 g																																		
zsír 1,4 g	só 0,3 g																																		
Uzsonna	<p style="text-align: center;">Croissant Alma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <table style="width: 100%; font-size: small;"> <tr> <td>energia 6 kcal</td> <td>szénhidr.1,4 g</td> </tr> <tr> <td>fehérje 0,1 g</td> <td>cukor 0 g</td> </tr> <tr> <td>zsír 0 g</td> <td>só 0 g</td> </tr> </table>	energia 6 kcal	szénhidr.1,4 g	fehérje 0,1 g	cukor 0 g	zsír 0 g	só 0 g	<p style="text-align: center;">Ráma margarin Retek Turista felvágott Zsemle korpás</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <table style="width: 100%; font-size: small;"> <tr> <td>energia 100 kcal</td> <td>szénhidr.16,8 g</td> </tr> <tr> <td>fehérje 3,6 g</td> <td>cukor 0 g</td> </tr> <tr> <td>zsír 1,8 g</td> <td>só 0 g</td> </tr> </table>	energia 100 kcal	szénhidr.16,8 g	fehérje 3,6 g	cukor 0 g	zsír 1,8 g	só 0 g	<p style="text-align: center;">Kifli korpás Trappista sajt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <table style="width: 100%; font-size: small;"> <tr> <td>energia 127 kcal</td> <td>szénhidr.22,4 g</td> </tr> <tr> <td>fehérje 4,6 g</td> <td>cukor 0 g</td> </tr> <tr> <td>zsír 1,6 g</td> <td>só 0 g</td> </tr> </table>	energia 127 kcal	szénhidr.22,4 g	fehérje 4,6 g	cukor 0 g	zsír 1,6 g	só 0 g	<p style="text-align: center;">Túrós batyu Alma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <table style="width: 100%; font-size: small;"> <tr> <td>energia 193 kcal</td> <td>szénhidr.32,3 g</td> </tr> <tr> <td>fehérje 6,5 g</td> <td>cukor 0 g</td> </tr> <tr> <td>zsír 3,6 g</td> <td>só 0 g</td> </tr> </table>	energia 193 kcal	szénhidr.32,3 g	fehérje 6,5 g	cukor 0 g	zsír 3,6 g	só 0 g	<p style="text-align: center;">Kifli korpás Kocka sajt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <table style="width: 100%; font-size: small;"> <tr> <td>energia 1666 kcal</td> <td>szénhidr.32,4 g</td> </tr> <tr> <td>fehérje 87,3 g</td> <td>cukor 0 g</td> </tr> <tr> <td>zsír 125,8 g</td> <td>só 0,5 g</td> </tr> </table>	energia 1666 kcal	szénhidr.32,4 g	fehérje 87,3 g	cukor 0 g	zsír 125,8 g	só 0,5 g
energia 6 kcal	szénhidr.1,4 g																																		
fehérje 0,1 g	cukor 0 g																																		
zsír 0 g	só 0 g																																		
energia 100 kcal	szénhidr.16,8 g																																		
fehérje 3,6 g	cukor 0 g																																		
zsír 1,8 g	só 0 g																																		
energia 127 kcal	szénhidr.22,4 g																																		
fehérje 4,6 g	cukor 0 g																																		
zsír 1,6 g	só 0 g																																		
energia 193 kcal	szénhidr.32,3 g																																		
fehérje 6,5 g	cukor 0 g																																		
zsír 3,6 g	só 0 g																																		
energia 1666 kcal	szénhidr.32,4 g																																		
fehérje 87,3 g	cukor 0 g																																		
zsír 125,8 g	só 0,5 g																																		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Juhász Józsefné
Főszakács

Horváth Zsigmond
Élelmezésvezető