

33.hét	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Tízórai</b>	Ráma margarin Tea gyümölcsös Kígyóborka Párizsi Zsemle korpás  <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 381 kcal    szénhidr.49,9 g fehérje 9,7 g    cukor 200,2 g zsír 15,5 g    só 0,9 g	Tea gyümölcsös Melegszendvics  <i>Allergének:</i> glutén, mustár, tej energia 454 kcal    szénhidr.45,6 g fehérje 25,2 g    cukor 200,1 g zsír 18,2 g    só 0 g	Tea gyümölcsös Bundás kenyér  <i>Allergének:</i> glutén, tojások energia 243 kcal    szénhidr.44,5 g fehérje 7,9 g    cukor 200 g zsír 3,2 g    só 0,2 g	Ráma margarin Kakaó Kalács  <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 978 kcal    szénhidr.170,8 g fehérje 32,1 g    cukor 200,1 g zsír 16,5 g    só 0 g	Tea gyümölcsös Tojásrántotta Zsemle korpás  <i>Allergének:</i> glutén, tojások energia 323 kcal    szénhidr.51,4 g fehérje 12 g    cukor 200,1 g zsír 7,2 g    só 1 g
<b>Ebéd A</b>	Zellerkrémleves Sertéspörkölt Galuska Csemege uborka Kenyér félbarna  <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller energia 985 kcal    szénhidr.145,4 g fehérje 49,3 g    cukor 0 g zsír 19,9 g    só 0,8 g	Karfiolleves Budapest sertésragu Párolt rizs Káposztasaláta Kenyér félbarna  <i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller energia 843 kcal    szénhidr.113 g fehérje 42,2 g    cukor 0 g zsír 21,9 g    só 0,7 g	Lebbencsleves Csirke nuggets Parad.káposzta főz. Kenyér félbarna Csoki  <i>Allergének:</i> glutén, mustár, szezám, szójabab, tej energia 684 kcal    szénhidr.112,5 g fehérje 21,5 g    cukor 200 g zsír 14,4 g    só 1,7 g	Erőleves Julienne Rántott sertésborda Burgonyapüré Uborkasaláta Kenyér félbarna  <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller energia 997 kcal    szénhidr.149,7 g fehérje 49 g    cukor 100 g zsír 16,8 g    só 0,8 g	Gyümölcssaláta Csókaköi kolbászleves Darázs metélt Kenyér félbarna  <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, tojások, zeller energia 1027 kcal    szénhidr.168,1 g fehérje 35,2 g    cukor 150 g zsír 20,2 g    só 0,6 g
<b>Ebéd B</b>	Zellerkrémleves Stefánia vagdalt Hagymás tört burgonya Csemege uborka Kenyér félbarna  <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller energia 952 kcal    szénhidr.146,7 g fehérje 42,6 g    cukor 0 g zsír 15,9 g    só 0,6 g	Karfiolleves Marhapörkölt Köret tészta Álma paprika Kenyér félbarna  <i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller energia 584 kcal    szénhidr.107,2 g fehérje 20,6 g    cukor 0 g zsír 5,7 g    só 1,8 g	Lebbencsleves Pulykasült Brokkoli főzelék Kenyér félbarna Csoki  <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, zeller energia 680 kcal    szénhidr.68,8 g fehérje 45,9 g    cukor 0 g zsír 21,8 g    só 0,6 g	Erőleves Julienne Bankoki csirkecomb Karottás rizs Uborkasaláta Kenyér félbarna  <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller energia 1017 kcal    szénhidr.130,4 g fehérje 72,6 g    cukor 100 g zsír 19,1 g    só 0,7 g	Gyümölcssaláta Csókaköi kolbászleves Gránátos kocka Csemege uborka Kenyér félbarna  <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, tojások, zeller energia 1096 kcal    szénhidr.175,6 g fehérje 39,3 g    cukor 0 g zsír 20,5 g    só 0,5 g
<b>Uzsonna</b>	Virslis croissant Alma  <i>Allergének:</i> glutén energia 513 kcal    szénhidr.47,8 g fehérje 5,3 g    cukor 0 g zsír 31,6 g    só 0 g	Ráma margarin Diákcsemege Paprika Zsemle korpás  <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 377 kcal    szénhidr.31 g fehérje 10 g    cukor 0,2 g zsír 23,7 g    só 2,1 g	Túrós batyu  <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 94 kcal    szénhidr.15,5 g fehérje 3,2 g    cukor 0 g zsír 1,8 g    só 0 g	Kenőmájas Paradicsom Kenyér félbarna  <i>Allergének:</i> glutén, mustár energia 90 kcal    szénhidr.15,6 g fehérje 3,7 g    cukor 0 g zsír 1,2 g    só 0 g	Kifli korpás Krémtúró  <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 279 kcal    szénhidr.32,1 g fehérje 20,4 g    cukor 0,1 g zsír 7,1 g    só 0,9 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

 Zdenkó Gergő  
Főszakács

 Juhász Józsefné  
Élelmezésvezető