

34.hét	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Tízórai</b>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>energia kcal      szénhidr. g fehérje g          cukor g zsír g                só g</p>	<p>Ráma margarin Tej Kifli korpás Lekvár</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 406 kcal      szénhidr.61,5 g fehérje 12,9 g          cukor 0,2 g zsír 11,2 g              só 0,9 g</p>	<p>Tea gyümölcsös Hot-dog</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár</p> <p>energia 342 kcal      szénhidr.27,7 g fehérje 11,8 g          cukor 200,2 g zsír 20,6 g              só 1,7 g</p>	<p>Ráma margarin Tea gyümölcsös Jégsaláta Tojáskarika Zsemle korpás</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 321 kcal      szénhidr.49,6 g fehérje 7,4 g          cukor 200,2 g zsír 10,1 g              só 0,9 g</p>	<p>Tea gyümölcsös kópé felvágott Zsemle korpás Új hagyma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 224 kcal      szénhidr.50,2 g fehérje 4,4 g          cukor 200,1 g zsír 0,5 g                só 0,9 g</p>
<b>Ebéd A</b>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>energia kcal      szénhidr. g fehérje g          cukor g zsír g                só g</p>	<p>Tojásleves Sült virsli Zöldborsófőzelék Kenyér félbarna Palacsinta</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 917 kcal      szénhidr.122,5 g fehérje 41 g          cukor 160 g zsír 27,7 g              só 2,1 g</p>	<p>Szilvaleves Rántott harcsa Párolt rizs Tartármártás Kenyér félbarna</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, hal, mustár, tej, tojások</p> <p>energia 1044 kcal      szénhidr.168,2 g fehérje 41,3 g          cukor 250,1 g zsír 20,6 g              só 1,1 g</p>	<p>Daragaluska leves Zsiványpecsenye Csemege uborka Kenyér félbarna</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller</p> <p>energia 870 kcal      szénhidr.115 g fehérje 50,7 g          cukor 0 g zsír 17,3 g              só 0,6 g</p>	<p>Babgulyás Szilvás gombóc Őszibarack Kenyér félbarna</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 980 kcal      szénhidr.185,6 g fehérje 36,5 g          cukor 200 g zsír 6,8 g                só 0,6 g</p>
<b>Ebéd B</b>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>energia kcal      szénhidr. g fehérje g          cukor g zsír g                só g</p>	<p>Tojásleves Rakott karfiol Kenyér félbarna Palacsinta</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 850 kcal      szénhidr.113,7 g fehérje 45,7 g          cukor 100 g zsír 21,2 g              só 0,6 g</p>	<p>Szilvaleves Burgonyapüré medvehagymás Lyoni csirkemáj paradicsom saláta Kenyér félbarna</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, tej</p> <p>energia 228 kcal      szénhidr.42 g fehérje 4,6 g          cukor 200 g zsír 4,3 g                só 0,2 g</p>	<p>Daragaluska leves Milánói csirkecomb Kenyér félbarna</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 1070 kcal      szénhidr.124,8 g fehérje 82,9 g          cukor 50 g zsír 23,1 g              só 0,6 g</p>	<p>Babgulyás Káposztás kocka Őszibarack Kenyér félbarna</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 899 kcal      szénhidr.161,1 g fehérje 37 g          cukor 150 g zsír 8,3 g                só 0,6 g</p>
<b>Uzsonna</b>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>energia kcal      szénhidr. g fehérje g          cukor g zsír g                só g</p>	<p>Ráma margarin Kárpát felvágott Retek Zsemle korpás</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 366 kcal      szénhidr.29,7 g fehérje 10 g          cukor 0,2 g zsír 22,8 g              só 2 g</p>	<p>Kifli korpás Gyümölcs joghurt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 223 kcal      szénhidr.42,7 g fehérje 7 g            cukor 0,1 g zsír 2,5 g                só 1 g</p>	<p>Túrós batyu</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 94 kcal      szénhidr.15,5 g fehérje 3,2 g          cukor 0 g zsír 1,8 g                só 0 g</p>	<p>Kifli korpás Kocka sajt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 185 kcal      szénhidr.31 g fehérje 5,8 g          cukor 0,1 g zsír 4 g                  só 1,1 g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

 Zdenkó Gergő  
Főszakács

 Juhász Józsefné  
Élelmezésvezető