



HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

	Gyümölcsstea Kal: 30 F: 0g Zs: 0g Szh: 7g So:0,0g Tzs:0,0g C: 14g Melegszendvics(2) Kal:244 F:11g Zs: 9g Szh:29g So:1,4g Tzs:4,5g C:2,2g	Krémtúró(2) Kal:158 F: 8g Zs: 5g Szh:22g So:0,0g Tzs: 16g C:0,0g Kifli(1-2) Kal:163 F: 5g Zs: 1g Szh:26g So:0,8g Tzs:0,4g C:0,9g	Almalé 100 % Kal: 68 F: 0g Zs: 0g Szh:16g So:0,0g Tzs:0,2g C: 16g Fatörzs kifli(1-2-3) Kal:216 F: 6g Zs: 5g Szh:36g So:0,5g Tzs:2,2g C:4,8g	Tej(2) Kal: 88 F: 6g Zs: 3g Szh: 9g So:0,0g Tzs:2,0g C:9,2g Kakaós gabonagolyó(1-7-8) Kal: 63 F: 1g Zs: 1g Szh:14g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Tej(2) Kal: 88 F: 6g Zs: 3g Szh: 9g So:0,0g Tzs:2,0g C:9,2g Vajas pogácsa(1-2-3) Kal:266 F: 5g Zs:12g Szh:32g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g
T					
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 274 11 9 36 1,4 4 16	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 321 12 6 48 0,8 17 0,9	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 284 6 5 53 0,6 2 21	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 151 7 4 23 0,0 2 9,2	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 354 11 15 41 0,0 2 9,2
E	Lencse gulyás(4) Kal:249 F:18g Zs: 9g Szh:21g So:0,6g Tzs:2,1g C:0,8g Félbarna kenyér(1) Kal:124 F: 3g Zs: 0g Szh:26g So:0,6g Tzs:0,2g C:0,1g Túrós metélt(2) Kal:356 F:15g Zs:10g Szh:50g So:0,2g Tzs:5,1g C: 22g	Köménymaglevés(1-2-4) Kal:117 F: 2g Zs: 9g Szh: 7g So:0,4g Tzs:2,2g C:0,4g Pirított zsemlekočka(1) Kal: 41 F: 1g Zs: 0g Szh: 8g So:0,1g Tzs:0,1g C:0,4g Töltött káposzta(4) Kal:364 F:12g Zs:17g Szh:40g So:0,9g Tzs:1,9g C:1,5g Félbarna kenyér(1) Kal:124 F: 3g Zs: 0g Szh:26g So:0,6g Tzs:0,2g C:0,1g	Lebbensleves(1-3-4) Kal:134 F: 4g Zs: 4g Szh:19g So:0,7g Tzs:1,4g C:0,2g Csőbensült brokkolis cs.mell(1-2) Kal:378 F:33g Zs:19g Szh:16g So:1,1g Tzs:7,1g C:9,0g Sárgabarack Kal: 37 F: 1g Zs: 0g Szh: 8g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Meggyleves(1-3) Kal:146 F: 3g Zs: 2g Szh:27g So:0,0g Tzs:1,2g C: 25g Félbarna kenyér(1) Kal:124 F: 3g Zs: 0g Szh:26g So:0,6g Tzs:0,2g C:0,1g Brassói aprópecsenye Kal:590 F:18g Zs:37g Szh:40g So:0,4g Tzs:6,1g C:0,2g Csemege uborka* Kal: 16 F: 0g Zs: 0g Szh: 3g So:0,2g Tzs:0,0g C:2,5g	Zöldborsólevés Kal: 77 F: 5g Zs: 2g Szh: 9g So:0,2g Tzs:0,2g C:0,6g Kiskagyló tészta(1-3) Kal: 29 F: 1g Zs: 0g Szh: 6g So:0,0g Tzs:0,1g C:0,1g Majorannás csirkemáj Kal:155 F:11g Zs:13g Szh: 2g So:0,3g Tzs:2,4g C:0,0g Párolt rizs Kal:216 F: 4g Zs: 5g Szh:39g So:0,2g Tzs:0,6g C:0,4g Káposztasaláta Kal: 44 F: 1g Zs: 0g Szh:10g So:0,2g Tzs:0,0g C: 12g
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 730 36 0 97 1,3 7 23	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 646 18 26 81 1,9 4 2,3	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 548 38 23 43 1,7 9 9,2	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 876 25 40 96 1,3 8 28	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 521 21 20 65 1,0 3 13
U	Baromfi májkrém Kal: 35 F: 2g Zs: 3g Szh: 1g So:0,3g Tzs:0,9g C:0,1g Magvas kenyér(1) Kal:127 F: 5g Zs: 1g Szh:24g So:0,7g Tzs:0,3g C:0,1g Fehér retek Kal: 4 F: 0g Zs: 0g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Delma margarin 39% Kal: 18 F: 0g Zs: 2g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,5g C:0,0g Telj.kiörl.kenyér(1) Kal:125 F: 4g Zs: 1g Szh:24g So:0,6g Tzs:0,2g C:0,7g Sárgabarack Kal: 37 F: 1g Zs: 0g Szh: 8g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Platán sonka felvágott Kal: 19 F: 2g Zs: 1g Szh: 0g So:0,5g Tzs:0,4g C:0,0g Delma margarin 39% Kal: 18 F: 0g Zs: 2g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,5g C:0,0g Telj.kiörl.kenyér(1) Kal:125 F: 4g Zs: 1g Szh:24g So:0,6g Tzs:0,2g C:0,7g	Tojáskrém(3-10) Kal: 41 F: 2g Zs: 3g Szh: 1g So:0,2g Tzs:0,9g C:0,1g Telj.kiörl.kenyér(1) Kal:125 F: 4g Zs: 1g Szh:24g So:0,6g Tzs:0,2g C:0,7g Paradicsom Kal: 7 F: 0g Zs: 0g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g	Natúr sajtkrém(2) Kal: 15 F: 1g Zs: 1g Szh: 1g So:0,2g Tzs:0,6g C:0,5g Telj.kiörl.kenyér(1) Kal:125 F: 4g Zs: 1g Szh:24g So:0,6g Tzs:0,2g C:0,7g Uborka Kal: 3 F: 0g Zs: 0g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 166 7 4 25 1,0 1 0,2	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 179 5 3 32 0,7 1 0,7	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 161 7 4 24 1,2 1 0,7	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 173 7 4 25 0,8 1 0,8	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 143 6 2 25 0,8 1 1,2

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket !

* T.Zs = Telített zsírsav A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk ! * jelölt étel édesítőt tartalmaz

Glutén (1) ; Tej (2) ; Tojás (3) ; Zeller (4) ; Szezám (5) ; Hal (6) ; Mogoró (7) ; Búzaja (8) ; Dióféle (9) ; Mustár (10) ; SO2-Szulfid (11) ; Rákféle (12) ; Csillagfűrt (13) ; Puhatestűek (14)

Élelmezésvezető:..... Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk !