



HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

T	<p><b>Gyümölcsstea</b> Kal: 30 F: 0g Zs: 0g Szh: 7g So:0,0g Tzs:0,0g C: 14g <b>Lecsó(2)</b> Kal:198 F: 3g Zs:16g Szh:10g So:0,3g Tzs:4,0g C:0,0g <b>Telj.kiörl.kenyér(1)</b> Kal:125 F: 4g Zs: 1g Szh:24g So:0,6g Tzs:0,2g C:0,7g</p>	<p><b>Tej(2)</b> Kal: 88 F: 6g Zs: 3g Szh: 9g So:0,0g Tzs:2,0g C:9,2g <b>Pizzás kifli(1-2-3)</b> Kal:218 F: 3g Zs: 6g Szh:32g So:0,7g Tzs:3,4g C:1,4g</p>	<p><b>Tej(2)</b> Kal: 88 F: 6g Zs: 3g Szh: 9g So:0,0g Tzs:2,0g C:9,2g <b>Briós(1-2-3)</b> Kal:217 F: 5g Zs: 5g Szh:37g So:0,5g Tzs:2,3g C:5,2g</p>	<p><b>Kakaó(2-8)</b> Kal:119 F: 6g Zs: 3g Szh:16g So:0,0g Tzs:2,1g C: 15g <b>Foszlós kalács(1-2-3)</b> Kal:181 F: 5g Zs: 4g Szh:31g So:0,4g Tzs:1,9g C:4,3g</p>	<p><b>Gyümölcsstea</b> Kal: 30 F: 0g Zs: 0g Szh: 7g So:0,0g Tzs:0,0g C: 14g <b>Bundás kenyér(1-3)</b> Kal:245 F: 7g Zs:12g Szh:27g So:0,8g Tzs:1,9g C:0,2g</p>
	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 353 8 16 41 0,9 4 15</p>	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 306 8 9 41 0,7 5 11</p>	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 305 11 8 46 0,5 4 14</p>	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 299 11 7 46 0,4 4 20</p>	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 274 7 12 34 0,8 2 14</p>
E	<p><b>Zöldborsóleves</b> Kal: 77 F: 5g Zs: 2g Szh: 9g So:0,2g Tzs:0,2g C:0,6g <b>Csipet tészta(1-3)</b> Kal: 30 F: 1g Zs: 0g Szh: 5g So:0,0g Tzs:0,1g C:0,1g <b>Papr. burgonya kolbásszal</b> Kal:392 F:11g Zs:20g Szh:39g So:1,4g Tzs:6,2g C:0,5g <b>Savanyú káposzta(11)</b> Kal: 12 F: 1g Zs: 0g Szh: 2g So:1,1g Tzs:0,0g C:0,0g</p>	<p><b>Káposztaleves(1-2-4)</b> Kal:142 F: 3g Zs: 9g Szh:12g So:0,6g Tzs:2,2g C:0,8g <b>Félbarna kenyér(1)</b> Kal:124 F: 3g Zs: 0g Szh:26g So:0,6g Tzs:0,2g C:0,1g <b>Óvári sertésszelet(2-8-10)</b> Kal:337 F:18g Zs:28g Szh: 3g So:1,6g Tzs:6,4g C:0,0g <b>Párolt rizs</b> Kal:216 F: 4g Zs: 5g Szh:39g So:0,2g Tzs:0,6g C:0,4g</p>	<p><b>Csontleves(4)</b> Kal: 40 F: 1g Zs: 2g Szh: 4g So:0,6g Tzs:0,4g C:0,1g <b>Cérnametélt(1-3)</b> Kal: 29 F: 1g Zs: 0g Szh: 6g So:0,0g Tzs:0,1g C:0,1g <b>Rakott zöldbab(2)</b> Kal:345 F:17g Zs:20g Szh:23g So:0,6g Tzs:6,6g C:2,9g</p>	<p><b>Lebbencsleves(1-3-4)</b> Kal:134 F: 4g Zs: 4g Szh:19g So:0,7g Tzs:1,4g C:0,2g <b>Sült csirkecombfilé</b> Kal:132 F:13g Zs: 9g Szh: 0g So:0,9g Tzs:1,4g C:0,1g <b>Finomfőzelék(1-2)</b> Kal:153 F: 4g Zs: 6g Szh:16g So:0,3g Tzs:1,6g C:0,4g <b>Félbarna kenyér(1)</b> Kal:124 F: 3g Zs: 0g Szh:26g So:0,6g Tzs:0,2g C:0,1g</p>	<p><b>Lencseleves(1-2-4-10)</b> Kal:272 F:13g Zs:15g Szh:19g So:1,4g Tzs:4,8g C:0,5g <b>Telj.kiörl.kenyér(1)</b> Kal:125 F: 4g Zs: 1g Szh:24g So:0,6g Tzs:0,2g C:0,7g <b>Mákos metélt(1-3)</b> Kal:329 F: 8g Zs:10g Szh:51g So:0,1g Tzs:1,5g C: 21g <b>Sárgabarack</b> Kal: 37 F: 1g Zs: 0g Szh: 8g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g</p>
	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 510 18 0 55 2,7 7 1,1</p>	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 819 28 42 80 3,0 9 1,2</p>	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 415 19 22 33 1,3 7 3,1</p>	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 543 24 19 62 2,4 5 0,7</p>	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 763 26 26 101 2,2 6 22</p>
U	<p><b>Kockasajt-sm 23,75gr(2)</b> Kal: 44 F: 1g Zs: 3g Szh: 2g So:0,3g Tzs:2,1g C:1,1g <b>Magvas kenyér(1)</b> Kal:127 F: 5g Zs: 1g Szh:24g So:0,7g Tzs:0,3g C:0,1g <b>Görögdinnye</b> Kal: 26 F: 0g Zs: 0g Szh: 6g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g</p>	<p><b>Körözött(2)</b> Kal: 38 F: 2g Zs: 2g Szh: 2g So:0,4g Tzs:1,6g C:0,8g <b>Telj.kiörl.kenyér(1)</b> Kal:125 F: 4g Zs: 1g Szh:24g So:0,6g Tzs:0,2g C:0,7g <b>Görögdinnye</b> Kal: 26 F: 0g Zs: 0g Szh: 6g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g</p>	<p><b>Pulyka sonka felvágott(2)</b> Kal: 30 F: 2g Zs: 2g Szh: 1g So:0,4g Tzs:0,6g C:0,1g <b>Delma margarin 39%</b> Kal: 18 F: 0g Zs: 2g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,5g C:0,0g <b>Telj.kiörl.kenyér(1)</b> Kal:125 F: 4g Zs: 1g Szh:24g So:0,6g Tzs:0,2g C:0,7g <b>Görögdinnye</b> Kal: 26 F: 0g Zs: 0g Szh: 6g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g</p>	<p><b>Akácmez</b> Kal: 49 F: 0g Zs: 0g Szh:12g So:0,0g Tzs:0,0g C: 24g <b>Delma margarin 39%</b> Kal: 18 F: 0g Zs: 2g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,5g C:0,0g <b>Telj.kiörl.kenyér(1)</b> Kal:125 F: 4g Zs: 1g Szh:24g So:0,6g Tzs:0,2g C:0,7g <b>Görögdinnye</b> Kal: 26 F: 0g Zs: 0g Szh: 6g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g</p>	<p><b>Túrós rudi 30 gr(2-8)</b> Kal:107 F: 3g Zs: 5g Szh:12g So:0,2g Tzs:4,3g C: 11g <b>Kifli(1-2)</b> Kal:163 F: 5g Zs: 1g Szh:26g So:0,8g Tzs:0,4g C:0,9g</p>
	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 197 7 4 32 1,0 2 1,2</p>	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 188 7 3 31 1,0 2 1,5</p>	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 199 7 5 30 1,1 1 0,8</p>	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 217 5 3 42 0,7 1 25</p>	<p>Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 270 8 6 38 1,0 5 12</p>

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) Búz (8) Dióféle (9) ; Mustár (10) ; SO2-Szulfid (11) ; Rákféle (12) ; Csillagfűrt (13) ; Puhatestűek (14)

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