



2022.04.04. - 2022.04.08.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej Kenőmájas Teljeskiőrlésű kenyér Pritaminpaprika Energia: 264,11 Kcal / 1 103,98 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 13,98 g 9,12 g 4,20 g Szénhidrát Cukor Só 31,22 g 0,00 g 1,21 g Allergének: 1,7,(6),(10)	Citromos tea Tojás omlott Félbarna kenyér Energia: 175,83 Kcal / 734,97 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 11,19 g 9,51 g 2,97 g Szénhidrát Cukor Só 40,46 g 13,99 g 1,04 g Allergének: 1,3,7	Tejeskávé Fatörzs kifli Energia: 302,77 Kcal / 1 265,58 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 11,05 g 6,79 g 3,19 g Szénhidrát Cukor Só 49,01 g 17,50 g 0,65 g Allergének: 1,3,7	Tea Félbarna kenyér Sült kolbász Mustár /univer/ Energia: 298,69 Kcal / 1 248,52 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 13,65 g 20,62 g 0,46 g Szénhidrát Cukor Só 42,36 g 14,00 g 2,55 g Allergének: 1,10,(12)	Karamellás tej Tojáspástétom Teljeskiőrlésű kenyér Pritaminpaprika Energia: 265,12 Kcal / 1 108,20 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 12,27 g 5,63 g 2,18 g Szénhidrát Cukor Só 42,69 g 10,99 g 1,16 g Allergének: 1,3,7,10,(12)
Ebéd	Őszibarack krémleves Slambuc Csemege uborka Energia: 536,16 Kcal / 2 241,15 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 14,75 g 13,83 g 3,72 g Szénhidrát Cukor Só 86,96 g 20,64 g 2,54 g Allergének: 1,3,7,10,(6),(12)	Tarhonya leves Marhapörkölt Kelkáposzta főzelék Teljeskiőrlésű kenyér Energia: 523,23 Kcal / 2 187,10 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 25,60 g 23,69 g 5,48 g Szénhidrát Cukor Só 51,01 g 0,02 g 2,49 g Allergének: 1,3,9,(6),(7),(12)	Köménymag leves fokhagymás kenyérkockáva Szezámos afrikai harcsafilé Párolt rizs Cékla saláta Energia: 618,52 Kcal / 2 585,41 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 25,17 g 21,46 g 2,48 g Szénhidrát Cukor Só 97,92 g 6,01 g 2,92 g Allergének: 1,3,4,7,9,(6),(12)	Húsleves csigatésztával Főtt csirkemell Sóska mártás Sós burgonya Energia: 514,21 Kcal / 2 149,40 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 29,35 g 13,12 g 2,42 g Szénhidrát Cukor Só 68,22 g 8,01 g 1,77 g Allergének: 1,3,7,9,(6),(12)	Babgulyás csipetkével Aranygaluska Vaniliasodó Energia: 660,34 Kcal / 2 760,22 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 31,92 g 23,73 g 6,28 g Szénhidrát Cukor Só 91,27 g 23,91 g 1,44 g Allergének: 1,3,7,8,9,(6),(12)
Uzsonna	Csirkemellsonka felvágott Edami sajtszelet Teljeskiőrlésű kenyér Energia: 133,68 Kcal / 558,78 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 11,85 g 3,81 g 1,75 g Szénhidrát Cukor Só 22,39 g 0,00 g 1,22 g Allergének: 1,7,(6)	Kakaós tej Teljes kiőrlésű kifli Alma Energia: 289,63 Kcal / 1 210,65 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 12,74 g 2,17 g 0,61 g Szénhidrát Cukor Só 54,08 g 12,20 g 0,80 g Allergének: 1,7	Mogyorókrém Teljeskiőrlésű kenyér Energia: 142,87 Kcal / 597,20 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 4,29 g 4,75 g 0,43 g Szénhidrát Cukor Só 23,89 g 4,32 g 0,47 g Allergének: 1,(7)	Tej Húspástétom Teljeskiőrlésű kenyér Paradicsom Energia: 261,26 Kcal / 1 092,07 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 13,66 g 6,70 g 1,80 g Szénhidrát Cukor Só 36,00 g 0,00 g 0,77 g Allergének: 1,3,7	Párizsi Zsemle Zöldpaprika Energia: 115,16 Kcal / 481,37 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 6,27 g 3,65 g 1,24 g Szénhidrát Cukor Só 24,97 g 0,00 g 1,16 g Allergének: 1,(6),(7),(10)

Az étlapváltoztatás jogát a nyersanyag beszerzésétől függően fenntartjuk!
Diétás étkeztetést biztosítunk!

Kiss Ágnes s.k. **Juhász Istvánné** s.k. **Soltész Andrásné** s.k.
Élelmiszevezető Szakács Dietetikus