

2022.05.02. - 2022.05.06.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Tízórai</b>	<p><b>Tej poharas Uborkás szendvics</b></p> <p>Energia: 326,09 Kcal / 1 363,06 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsav 14,95 g 10,74 g 4,74 g Szénhidrát Cukor Só 42,03 g 0,00 g 1,43 g</p> <p>Allergének: 1,7</p>	<p><b>Tej poharas Zalai felvágott Félbarna kenyér</b></p> <p>Energia: 351,62 Kcal / 1 469,77 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsav 18,34 g 9,67 g 3,81 g Szénhidrát Cukor Só 47,39 g 0,00 g 2,42 g</p> <p>Allergének: 1,7,(6)</p>	<p><b>Liga ,vénuusz margarin Főtt tojás karika Rozskenyér Újhagyma</b></p> <p>Energia: 339,41 Kcal / 1 418,73 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsav 8,41 g 17,03 g 4,42 g Szénhidrát Cukor Só 37,72 g 0,00 g 1,09 g</p> <p>Allergének: 1,3,(6),(7)</p>	<p><b>Joghurt natúr Májkrém Félbarna kenyér Uborka</b></p> <p>Energia: 289,14 Kcal / 1 208,61 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsav 13,62 g 7,77 g 2,24 g Szénhidrát Cukor Só 40,35 g 0,00 g 2,01 g</p> <p>Allergének: 1,(6),(7),(10)</p>	<p><b>Tej poharas Hot-dog</b></p> <p>Energia: 416,30 Kcal / 1 740,13 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsav 20,93 g 18,12 g 6,99 g Szénhidrát Cukor Só 41,88 g 0,00 g 3,04 g</p> <p>Allergének: 1,7,10,(6),(12)</p>
<b>Ébéd</b>	<p><b>Kassai burg.leves Diósmetélt</b></p> <p>Energia: 807,61 Kcal / 3 375,81 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsav 29,36 g 30,11 g 7,33 g Szénhidrát Cukor Só 103,44 g 21,08 g 2,00 g</p> <p>Allergének: 1,3,7,8,9</p>	<p><b>Daragaluska leves Stefánia vagdalt Tök főzelék mir. Félbarna kenyér</b></p> <p>Energia: 767,68 Kcal / 3 208,90 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsav 28,52 g 32,05 g 7,93 g Szénhidrát Cukor Só 90,12 g 19,01 g 3,58 g</p> <p>Allergének: 1,3,7,9,(6),(12)</p>	<p><b>Káposzta leves Vetrece st. Főtt tészta köret</b></p> <p>Energia: 698,69 Kcal / 2 920,52 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsav 33,23 g 30,80 g 6,40 g Szénhidrát Cukor Só 70,90 g 0,03 g 2,69 g</p> <p>Allergének: 1,3,7,9,10,(6),(12)</p>	<p><b>K.mag lev.kenyér kocka Rakott karfiol Teljes kiörlésű kenyér</b></p> <p>Energia: 628,70 Kcal / 2 627,97 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsav 28,79 g 25,30 g 6,77 g Szénhidrát Cukor Só 70,68 g 0,03 g 3,59 g</p> <p>Allergének: 1,3,7,9,(6),(12)</p>	<p><b>Muskáti leves Ízes bukta Mandarin</b></p> <p>Energia: 694,61 Kcal / 2 903,47 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsav 26,24 g 15,08 g 3,29 g Szénhidrát Cukor Só 112,52 g 40,43 g 1,68 g</p> <p>Allergének: 1,3,7,9,(6),(12)</p>
<b>Uzsonna</b>	<p><b>Kefir Graham kifli</b></p> <p>Energia: 199,44 Kcal / 833,66 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsav 11,85 g 0,70 g 0,11 g Szénhidrát Cukor Só 36,20 g 0,00 g 1,46 g</p> <p>Allergének: 1,7,(6)</p>	<p><b>Mackó kockasajt Búzakorpás diákrúd</b></p> <p>Energia: 201,34 Kcal / 841,60 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsav 9,52 g 7,02 g 3,79 g Szénhidrát Cukor Só 24,78 g 0,00 g 1,26 g</p> <p>Allergének: 1,7</p>	<p><b>Tej poharas Bécsi pereg</b></p> <p>Energia: 234,07 Kcal / 978,41 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsav 10,41 g 6,22 g 2,95 g Szénhidrát Cukor Só 33,84 g 5,54 g 0,59 g</p> <p>Allergének: 1,3,7</p>	<p><b>Margarin delma light Félbarna kenyér Alma</b></p> <p>Energia: 251,86 Kcal / 1 052,77 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsav 6,49 g 6,10 g 1,33 g Szénhidrát Cukor Só 41,91 g 0,00 g 1,49 g</p> <p>Allergének: 1,(6),(7)</p>	<p><b>Retekkrém Teljes kiörlésű kenyér</b></p> <p>Energia: 235,22 Kcal / 983,22 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsav 8,29 g 7,35 g 2,58 g Szénhidrát Cukor Só 33,68 g 0,00 g 0,88 g</p> <p>Allergének: 1,7</p>

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

Szabó Lajosné s.k. Széki Miklósné s.k. Soltész Andrásné s.k.  
Élelmezésvezető Szakács Dietetikus