

2022.05.23. - 2022.05.27.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Kakaó poharas Párizsi Liga ,vénuusz margarin Zsemle Energia: 416,55 Kcal / 1 741,18 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 15,67 g 15,24 g 4,88 g Szénhidrát Cukor Só 53,69 g 12,20 g 1,88 g Allergének: 1,7,(6),(10)	Tej poharas Tojáspástétom Félbarna kenyér Energia: 378,12 Kcal / 1 580,54 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 16,49 g 13,22 g 4,15 g Szénhidrát Cukor Só 47,85 g 0,00 g 1,97 g Allergének: 1,3,7,10,(6),(12)	Tej poharas Kenőmájás Teljes kiőrlésű kenyér Retek Energia: 349,71 Kcal / 1 461,79 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 15,48 g 12,36 g 4,66 g Szénhidrát Cukor Só 43,71 g 0,00 g 1,40 g Allergének: 1,7,(6),(10)	Tej poharas Margarin delma light Félbarna kenyér Uborka Energia: 308,33 Kcal / 1 288,82 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 13,97 g 6,67 g 2,43 g Szénhidrát Cukor Só 47,74 g 0,00 g 1,84 g Allergének: 1,7,(6)	Tej vaniliás 0,2 Hamburger Energia: 284,98 Kcal / 1 191,22 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 23,23 g 9,30 g 3,47 g Szénhidrát Cukor Só 58,78 g 13,60 g 3,33 g Allergének: 1,7
Ebéd	Alföldi cs.májgal. Leves Tejbendara Kakaó szórat Energia: 557,10 Kcal / 2 328,68 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 23,19 g 14,31 g 5,41 g Szénhidrát Cukor Só 83,16 g 33,00 g 2,34 g Allergének: 1,3,7,9,(6),(12)	Lebbencsleves Sült virsli Zöldborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér Energia: 803,95 Kcal / 3 360,51 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 28,24 g 39,16 g 9,90 g Szénhidrát Cukor Só 83,24 g 15,02 g 4,01 g Allergének: 1,3,7,9,(6),(10),(12)	Karalábé leves Sült csirke comb Párolt rizs Káposzta- s.répa saláta Energia: 681,68 Kcal / 2 849,42 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 38,04 g 22,87 g 4,90 g Szénhidrát Cukor Só 80,05 g 7,17 g 3,81 g Allergének: 1,3,7,9,(6),(10),(11),(12)	Csontleves Rakott burgonya Vegyes gyümölcs saláta Energia: 733,64 Kcal / 3 066,62 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 27,16 g 27,42 g 9,63 g Szénhidrát Cukor Só 92,59 g 13,61 g 3,37 g Allergének: 1,3,6,7,9,(12)	Raguleves Túrós lepény Energia: 728,57 Kcal / 3 045,42 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 38,71 g 25,85 g 8,49 g Szénhidrát Cukor Só 84,38 g 16,11 g 2,86 g Allergének: 1,3,7,9,(6),(12)
Uzsonna	Baconos bagett 40-50gr Alma Energia: 157,65 Kcal / 658,98 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 3,95 g 1,96 g 0,28 g Szénhidrát Cukor Só 30,32 g 1,04 g 1,02 g Allergének: 1,(7)	Mackó kockasajt Kifli Energia: 195,52 Kcal / 817,27 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 8,32 g 6,56 g 3,72 g Szénhidrát Cukor Só 25,58 g 0,00 g 0,70 g Allergének: 1,7	Mogyoró krém Félbarna kenyér Energia: 214,42 Kcal / 896,28 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 6,89 g 4,29 g 0,95 g Szénhidrát Cukor Só 36,80 g 0,14 g 1,45 g Allergének: 1,6,7,8	Sonkakrém Teljes kiőrlésű kenyér Energia: 231,16 Kcal / 966,25 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 6,72 g 7,94 g 1,95 g Szénhidrát Cukor Só 32,93 g 0,00 g 0,81 g Allergének: 1,(6),(7)	Mackó kockasajt Graham kifli Energia: 208,64 Kcal / 872,12 Kj Fehérje Zsír T.Zsír 9,23 g 6,75 g 3,72 g Szénhidrát Cukor Só 27,50 g 0,00 g 1,56 g Allergének: 1,7,(6)

**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