

2022.05.23. - 2022.05.27.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej Tojásomlett Teljes kiőrlésű kenyér Energia: 439,86 Kcal / 1 838,61 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 20,80 g 16,99 g 5,06 g Szénhidrát Cukor Só 50,40 g 0,00 g 1,21 g Allergének: 1,3,7	Kakaó Kalács Energia: 411,01 Kcal / 1 718,02 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 15,25 g 8,36 g 3,57 g Szénhidrát Cukor Só 68,20 g 17,10 g 0,23 g Allergének: 1,3,7	Tej Fatörzs kifli Energia: 234,07 Kcal / 978,41 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 10,41 g 6,22 g 2,95 g Szénhidrát Cukor Só 33,84 g 5,54 g 0,59 g Allergének: 1,3,7	Vagdalthúskrém Teljes kiőrlésű kenyér Újhagyma Energia: 251,01 Kcal / 1 049,22 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 8,23 g 8,94 g 1,38 g Szénhidrát Cukor Só 33,77 g 0,00 g 0,75 g Allergének: 1,(7)	Diákcsemege felvágott Margarin delma light Teljes kiőrlésű kenyér Retek Energia: 347,24 Kcal / 1 451,46 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 12,10 g 18,08 g 6,10 g Szénhidrát Cukor Só 33,60 g 0,00 g 0,99 g Allergének: 1,(6),(7)
Ebéd	Zöldborsó leves Bolognai spagetti Energia: 706,77 Kcal / 2 954,30 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 36,86 g 26,62 g 8,04 g Szénhidrát Cukor Só 78,98 g 3,11 g 3,77 g Allergének: 1,3,7,9,(6),(12)	Lebencsleves Borsos tokány Sárgaborsó főzelék Teljes kiőrlésű kenyér Túró rudi Energia: 772,90 Kcal / 3 230,72 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 40,95 g 30,34 g 5,38 g Szénhidrát Cukor Só 82,91 g 0,03 g 3,48 g Allergének: 1,3,9,(6),(7),(12)	Őszibarack krémleves Hentes sertésszelet Párolt rizs Energia: 752,30 Kcal / 3 144,61 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 27,71 g 23,05 g 5,88 g Szénhidrát Cukor Só 107,30 g 36,76 g 2,91 g Allergének: 1,7,9,10	Kertészleves Csirkemáj rizottó Csemeguborka Energia: 563,26 Kcal / 2 354,43 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 27,29 g 16,04 g 3,17 g Szénhidrát Cukor Só 76,62 g 0,03 g 3,04 g Allergének: 1,3,7,9,10,(6),(12)	Muskátli leves Mákos-meggyes lepény Energia: 645,91 Kcal / 2 699,90 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 29,15 g 25,44 g 7,98 g Szénhidrát Cukor Só 74,24 g 14,02 g 2,68 g Allergének: 1,3,6,7,9,(12)
Uzsonna	Sonka szalámi Félbarna kenyér Uborka Energia: 189,37 Kcal / 791,57 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 7,80 g 0,98 g 0,00 g Szénhidrát Cukor Só 37,13 g 0,00 g 1,51 g Allergének: 1,(6),(7)	Retekkrém Félbarna kenyér Alma Energia: 292,33 Kcal / 1 221,94 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 9,15 g 7,68 g 2,53 g Szénhidrát Cukor Só 45,87 g 0,00 g 1,61 g Allergének: 1,7,(6)	Mézes vaj Félbarna kenyér Energia: 274,40 Kcal / 1 146,99 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 6,93 g 6,30 g 1,52 g Szénhidrát Cukor Só 47,17 g 10,53 g 1,48 g Allergének: 1,(6),(7)	Tej Vaniliás-csokis papucs/50-60g/ Energia: 225,52 Kcal / 942,67 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 12,47 g 5,60 g 3,12 g Szénhidrát Cukor Só 31,05 g 0,00 g 0,27 g Allergének: 1,3,7	Kakaó Graham kifli Energia: 262,14 Kcal / 1 095,75 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 12,05 g 1,50 g 0,54 g Szénhidrát Cukor Só 49,80 g 12,20 g 1,09 g Allergének: 1,7,(6)

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

Kiss Ágnes s.k
Élelmezésvezető

Róka László s.k.
Szakács

Soltész Andrásné s.k.
Dietetikus