

2022.05.09. - 2022.05.13.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Reggeli</b>	<b>Tej Sajtkrém Félbarna kenyér Paradicsom</b> Energia: 567,96 Kcal / 2 374,07 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 27,24 g 15,95 g 6,98 g Szénhidrát Cukor Só 78,19 g 0,00 g 2,85 g Allergének: 1,7,(6)	<b>Gyümölcs jog.poh. Tojáspestétom Teljes kiőrlésű kenyér Uborka</b> Energia: 563,52 Kcal / 2 355,51 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 21,50 g 20,54 g 6,72 g Szénhidrát Cukor Só 72,25 g 12,99 g 2,01 g Allergének: 1,3,7,10,(12)	<b>Tea Brokkolipást. meleg sz.</b> Energia: 412,68 Kcal / 1 725,00 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 12,89 g 9,61 g 3,14 g Szénhidrát Cukor Só 68,18 g 14,99 g 2,29 g Allergének: 1,7,(6)	<b>Tej vaniliás Csirkemell sonka Liga ,vénuusz margarin Félbarna kenyér Kaliforniai paprika</b> Energia: 457,32 Kcal / 1 911,60 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 26,92 g 16,86 g 4,55 g Szénhidrát Cukor Só 80,98 g 12,20 g 3,36 g Allergének: 1,7,(6)	<b>Tej Körözött Kifli</b> Energia: 479,77 Kcal / 2 005,44 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 26,26 g 17,62 g 8,93 g Szénhidrát Cukor Só 53,47 g 0,00 g 1,88 g Allergének: 1,7
<b>Tízórai</b>	<b>Bécsi perec</b> Energia: 137,01 Kcal / 572,70 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 3,61 g 3,22 g 1,32 g Szénhidrát Cukor Só 23,24 g 5,54 g 0,32 g Allergének: 1,3,7	<b>Graham kifli Mackó kockasajt</b> Energia: 208,64 Kcal / 872,12 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 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)	<b>Vajkrém natúr Félbarna kenyér Paradicsom</b> Energia: 354,45 Kcal / 1 481,60 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 11,36 g 8,80 g 0,04 g Szénhidrát Cukor Só 57,38 g 0,00 g 2,12 g Allergének: 1,(6),(7)	<b>Hagymás bagett</b> Energia: 273,20 Kcal / 1 141,98 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 9,40 g 0,70 g 0,00 g Szénhidrát Cukor Só 57,00 g 0,00 g 1,58 g Allergének: 1	<b>Túrista felv. Margarin delma light Félbarna kenyér Újhagyma</b> Energia: 367,20 Kcal / 1 534,80 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 18,29 g 9,18 g 2,48 g Szénhidrát Cukor Só 52,41 g 0,00 g 2,27 g Allergének: 1,(6),(7)
<b>Ebéd</b>	<b>Alföldi cs.májgal. leves Diósmetélt</b> Energia: 974,30 Kcal / 4 072,57 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 37,09 g 36,95 g 7,78 g Szénhidrát Cukor Só 122,10 g 29,20 g 2,77 g Allergének: 1,3,8,9,(6),(7),(12)	<b>Parasztleves Vagdalt normál Finomfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</b> Energia: 1 016,76 Kcal / 4 250,06 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 38,15 g 38,24 g 9,25 g Szénhidrát Cukor Só 128,36 g 25,01 g 3,78 g Allergének: 1,3,7,9,(6),(12)	<b>Csontleves Natur csirkemell Párolt rizs Csemeguborka</b> Energia: 695,32 Kcal / 2 906,44 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 39,53 g 18,71 g 2,13 g Szénhidrát Cukor Só 91,63 g 0,03 g 4,35 g Allergének: 1,3,9,10,(6),(7),(12)	<b>Kertészleves Töltött káposzta st. Teljes kiőrlésű kenyér</b> Energia: 685,94 Kcal / 2 867,23 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 31,39 g 26,18 g 6,93 g Szénhidrát Cukor Só 79,86 g 0,03 g 2,85 g Allergének: 1,3,7,9,(6),(12)	<b>Kassai burg.leves Kakaós csiga Alma</b> Energia: 1 130,91 Kcal / 4 727,20 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 35,10 g 38,43 g 9,31 g Szénhidrát Cukor Só 159,30 g 48,95 g 1,80 g Allergének: 1,3,6,7,9
<b>Uzsonna</b>	<b>Kinder tejszelet</b> Energia: 443,11 Kcal / 1 852,20 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 6,00 g 27,70 g 0,00 g Szénhidrát Cukor Só 42,00 g 0,00 g 0,00 g Allergének:	<b>Narancs</b> Energia: 62,12 Kcal / 259,66 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 0,90 g 0,30 g 0,00 g Szénhidrát Cukor Só 12,75 g 0,00 g 0,01 g	<b>Banán</b> Energia: 209,94 Kcal / 877,55 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 2,60 g 0,20 g 0,00 g Szénhidrát Cukor Só 48,40 g 0,00 g 0,11 g	<b>Alma</b> Energia: 52,18 Kcal / 218,11 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 0,60 g 0,60 g 0,00 g Szénhidrát Cukor Só 10,50 g 0,00 g 0,02 g	
<b>Vacsora</b>	<b>Ivólé tetra packos Gyros</b> Energia: 911,32 Kcal / 3 809,32 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 44,40 g 15,53 g 1,87 g Szénhidrát Cukor Só 146,41 g 1,40 g 3,60 g Allergének: 1,3,7,10	<b>Ásványvíz Májpestétom /ínyenc májpást./ Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</b> Energia: 461,26 Kcal / 1 928,07 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 17,98 g 19,68 g 0,07 g Szénhidrát Cukor Só 52,45 g 0,00 g 1,21 g Allergének: 1	<b>Ásványvíz Rántott csirkemell Félbarna kenyér Uborka</b> Energia: 669,83 Kcal / 2 799,89 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 39,81 g 17,86 g 2,36 g Szénhidrát Cukor Só 86,67 g 0,00 g 4,62 g Allergének: 1,3,7,9,(6)	<b>Ásványvíz Torpedó</b> Energia: 797,19 Kcal / 3 332,25 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 37,57 g 17,73 g 6,37 g Szénhidrát Cukor Só 120,75 g 0,00 g 4,20 g Allergének: 1,7	

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

Kiss Ágnes s.k.

Róka László s.k.

Soltész Andrásné s.k.

Élelmészévezető

Szakács

Dietetikus