



2022.05.23. - 2022.05.27.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Tea Tojásomlett Teljes kiörlésű kenyér</p> <p>Energia: 360,40 Kcal / 1 506,47 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 12,54 g 12,72 g 3,00 g Szénhidrát Cukor Só 48,55 g 10,01 g 0,90 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7</p>	<p>Tejeskávé Kalács</p> <p>Energia: 447,65 Kcal / 1 871,18 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 15,07 g 12,96 g 6,07 g Szénhidrát Cukor Só 67,15 g 15,89 g 0,23 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7</p>	<p>Tej Fatörzs kifli</p> <p>Energia: 257,58 Kcal / 1 076,68 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 10,41 g 8,82 g 4,36 g Szénhidrát Cukor Só 33,84 g 5,54 g 0,55 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7</p>	<p>Citromos tea Vagdalthúskrém Teljes kiörlésű kenyér Újhagyma</p> <p>Energia: 212,38 Kcal / 887,75 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 5,60 g 5,74 g 0,99 g Szénhidrát Cukor Só 34,00 g 9,99 g 0,54 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,(7)</p>	<p>Vaniliás tej Diákcsemege felvágott Margarin delma light Teljes kiörlésű kenyér Retek</p> <p>Energia: 468,66 Kcal / 1 959,00 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 17,05 g 23,44 g 9,13 g Szénhidrát Cukor Só 46,81 g 11,99 g 1,03 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7,(6)</p>
Ebéd	<p>Zöldborsó leves Bolognai spagetti</p> <p>Energia: 594,84 Kcal / 2 486,43 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 31,23 g 22,76 g 7,08 g Szénhidrát Cukor Só 65,43 g 2,83 g 3,06 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7,9,(6),(12)</p>	<p>Lebbencsleves Borsos tokány Sárgaborsó főzelék Teljes kiörlésű kenyér Túró rudi</p> <p>Energia: 624,85 Kcal / 2 611,87 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 31,91 g 26,97 g 4,58 g Szénhidrát Cukor Só 62,76 g 0,03 g 2,64 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,9,(6),(7),(12)</p>	<p>Őszibarack krémleves, Hentes sertésszelet Párolt rizs</p> <p>Energia: 624,79 Kcal / 2 611,62 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 22,02 g 18,03 g 4,67 g Szénhidrát Cukor Só 92,58 g 33,23 g 2,19 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7,9,10</p>	<p>Kertészleves Csirkemáj rizottó Csemeguborka</p> <p>Energia: 474,94 Kcal / 1 985,25 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 23,02 g 13,29 g 2,59 g Szénhidrát Cukor Só 65,13 g 0,03 g 2,49 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7,9,10,(6),(12)</p>	<p>Muskátlis leves Mákos-meggyes lepény</p> <p>Energia: 517,11 Kcal / 2 161,52 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 23,08 g 20,89 g 6,49 g Szénhidrát Cukor Só 58,49 g 14,02 g 2,06 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,6,7,9,(12)</p>
Uzsonna	<p>Sonka szalámi Félbarna kenyér Uborka</p> <p>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</p> <p><i>Allergének:</i> 1,(6),(7)</p>	<p>Retekkrém Félbarna kenyér Alma</p> <p>Energia: 223,02 Kcal / 932,22 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 6,99 g 6,37 g 2,15 g Szénhidrát Cukor Só 33,81 g 0,00 g 1,20 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7,(6)</p>	<p>Mézes vaj Félbarna kenyér</p> <p>Energia: 200,35 Kcal / 837,46 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 4,96 g 4,00 g 0,95 g Szénhidrát Cukor Só 35,89 g 9,72 g 1,05 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,(6),(7)</p>	<p>Tej Vaniliás-csokis papucs/50-60g/</p> <p>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</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7</p>	<p>Csirkemell sonka Trapista sajt szeletelt Zsemle foci</p> <p>Energia: 223,73 Kcal / 935,19 KJ Fehérje Zsír T.Zsír 14,51 g 3,61 g 1,95 g Szénhidrát Cukor Só 33,04 g 0,00 g 1,78 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7,(6)</p>

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