



2023.09.25. - 2023.09.29.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Tízórai</b>	<p><b>Tej Tojáspástétom Félbarna kenyér Uborka</b></p> <p>Energia: 307,09 Kcal / 1 283,64 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 14,42 g 7,06 g 2,75 g Szénhidrát Cukor Só 44,78 g 2,87 g 1,26 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,6,7,10,(12)</p>	<p><b>Tej Párizsi krém Félbarna kenyér Zöldpaprika</b></p> <p>Energia: 297,77 Kcal / 1 244,68 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 13,01 g 6,62 g 2,90 g Szénhidrát Cukor Só 44,93 g 2,87 g 1,27 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,6,7,(10)</p>	<p><b>Tejeskávé Búzakorpás diákrúd</b></p> <p>Energia: 267,92 Kcal / 1 119,91 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 12,16 g 3,77 g 1,70 g Szénhidrát Cukor Só 46,02 g 10,99 g 0,56 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7</p>	<p><b>Tej Margarin delma light Félbarna kenyér Kápia paprika</b></p> <p>Energia: 276,53 Kcal / 1 155,90 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 11,56 g 5,79 g 2,33 g Szénhidrát Cukor Só 45,36 g 2,87 g 1,13 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7,(6)</p>	<p><b>Főtt tojás karika Tej Liga vénusz margarin Teljes kiőrlésű kenyér</b></p> <p>Energia: 271,60 Kcal / 1 135,29 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 11,66 g 14,87 g 3,97 g Szénhidrát Cukor Só 21,91 g 0,00 g 1,19 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7</p>
<b>Ebéd</b>	<p><b>Káposzta leves kolb. Túrós metélt</b></p> <p>Energia: 708,97 Kcal / 2 963,49 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 30,53 g 29,17 g 8,26 g Szénhidrát Cukor Só 78,33 g 0,00 g 1,31 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7,(10)</p>	<p><b>Tarhonyaleves Rakott brokkoli</b></p> <p>Energia: 485,23 Kcal / 2 028,26 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 25,66 g 20,83 g 5,80 g Szénhidrát Cukor Só 47,14 g 0,00 g 0,61 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,6,7,(10)</p>	<p><b>Zöldborsókrémleves Sült csirke comb Kukoricás rizsköret</b></p> <p>Energia: 718,99 Kcal / 3 005,38 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 35,90 g 28,03 g 6,86 g Szénhidrát Cukor Só 79,41 g 0,49 g 0,90 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7,(3),(6),(10),(11)</p>	<p><b>Zöldségleves Vetrece st. Főtt tészta köret</b></p> <p>Energia: 645,36 Kcal / 2 697,60 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 30,20 g 28,02 g 6,38 g Szénhidrát Cukor Só 65,52 g 0,76 g 0,78 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7,10,(3),(12)</p>	<p><b>Kassai burg.leves Mákos kalács</b></p> <p>Energia: 802,90 Kcal / 3 356,12 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 31,23 g 28,66 g 7,64 g Szénhidrát Cukor Só 103,38 g 20,98 g 0,63 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,6,7,(10)</p>
<b>Uzsonna</b>	<p><b>Margarin delma light Trappista sajt szeletelt Teljes kiőrlésű kenyér</b></p> <p>Energia: 149,61 Kcal / 625,37 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 6,05 g 8,64 g 2,60 g Szénhidrát Cukor Só 11,42 g 0,00 g 1,17 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7</p>	<p><b>Bécsi pereg Alma</b></p> <p>Energia: 178,76 Kcal / 747,22 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 4,09 g 3,70 g 1,32 g Szénhidrát Cukor Só 31,64 g 5,54 g 0,32 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7</p>	<p><b>Vagdalthúskrém Félbarna kenyér</b></p> <p>Energia: 207,58 Kcal / 867,68 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 6,15 g 4,45 g 0,37 g Szénhidrát Cukor Só 33,83 g 2,87 g 1,05 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,6,(7)</p>	<p><b>Mackó kockasajt Kifli</b></p> <p>Energia: 195,52 Kcal / 817,27 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 8,32 g 6,56 g 3,72 g Szénhidrát Cukor Só 25,58 g 0,00 g 0,70 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7</p>	<p><b>Csirkemell sonka Félbarna kenyér Paradicsom</b></p> <p>Energia: 206,52 Kcal / 863,25 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 9,71 g 2,30 g 0,60 g Szénhidrát Cukor Só 35,17 g 2,87 g 1,77 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,(6),(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