

2024.02.12. - 2024.02.16.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Tej Kenőmájas Félbarna kenyér</p> <p>Energia: 353,51 Kcal / 1 477,67 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 15,98 g 12,01 g 5,50 g Szénhidrát Cukor Só 43,59 g 2,87 g 1,88 g Allergének: 1,7,(6),(10)</p>	<p>Vaniliás tej Leveles stangli</p> <p>Energia: 273,70 Kcal / 1 144,07 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 12,47 g 5,80 g 3,12 g Szénhidrát Cukor Só 43,04 g 11,99 g 0,00 g Allergének: 1,3,7</p>	<p>Tej Zöldf. szendv.krém Főtt tojás karika Félbarna kenyér</p> <p>Energia: 291,88 Kcal / 1 220,06 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 12,99 g 6,35 g 2,72 g Szénhidrát Cukor Só 44,03 g 2,87 g 1,09 g Allergének: 1,3,6,7</p>	<p>Tej Mogyoró krém Félbarna kenyér</p> <p>Energia: 315,22 Kcal / 1 317,62 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 11,86 g 7,12 g 2,45 g Szénhidrát Cukor Só 49,20 g 7,67 g 1,19 g Allergének: 1,6,7,8</p>	<p>Karamellás tej Magyaros vajkrém Főtt tojás karika Félbarna kenyér</p> <p>Energia: 364,38 Kcal / 1 523,11 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 13,13 g 9,94 g 4,39 g Szénhidrát Cukor Só 53,80 g 12,86 g 1,09 g Allergének: 1,3,7,(6)</p>
Ébéd	<p>Húsgaluska leves Nudli</p> <p>Energia: 662,66 Kcal / 2 769,92 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 21,44 g 17,87 g 2,90 g Szénhidrát Cukor Só 101,59 g 19,98 g 1,16 g Allergének: 1,3,(7),(10)</p>	<p>Húsleves Főtt sertés hús Paradicsom mártás Sós burgonya</p> <p>Energia: 623,86 Kcal / 2 607,73 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 30,10 g 16,01 g 3,98 g Szénhidrát Cukor Só 87,23 g 12,75 g 0,99 g Allergének: 1,7,(3),(10)</p>	<p>Zöldbableves Zalai cs.mell. tokány Párolt bulgur</p> <p>Energia: 669,07 Kcal / 2 796,71 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 34,28 g 21,18 g 4,70 g Szénhidrát Cukor Só 87,88 g 13,99 g 1,74 g Allergének: 1,7,(3),(6),(10)</p>	<p>K.mag lev.kenyér kocka Afrikai harcsapaprikás Főtt tészta köret</p> <p>Energia: 686,10 Kcal / 2 867,90 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 24,16 g 29,72 g 4,74 g Szénhidrát Cukor Só 77,55 g 1,86 g 1,45 g Allergének: 1,4,7,(3),(6),(10)</p>	<p>Muskátlis leves Túrós lepény</p> <p>Energia: 575,08 Kcal / 2 403,83 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 34,61 g 14,70 g 6,59 g Szénhidrát Cukor Só 74,92 g 16,16 g 0,84 g Allergének: 1,3,6,7,(10)</p>
Uzsonna	<p>Vajkrém natúr Félbarna kenyér Banán</p> <p>Energia: 427,15 Kcal / 1 785,49 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 7,43 g 6,60 g 0,07 g Szénhidrát Cukor Só 82,11 g 2,87 g 1,24 g Allergének: 1,(6),(7)</p>	<p>Margarinos kenyér Retek</p> <p>Energia: 173,22 Kcal / 724,06 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 4,77 g 1,53 g 0,50 g Szénhidrát Cukor Só 33,56 g 2,87 g 1,05 g Allergének: 1,6,(7)</p>	<p>Zabfalatok Alma</p> <p>Energia: 284,29 Kcal / 1 188,33 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 7,80 g 9,30 g 0,00 g Szénhidrát Cukor Só 45,00 g 0,00 g 0,00 g Allergének: 1,6,(7)</p>	<p>Zalai felvágott Zsemle</p> <p>Energia: 223,46 Kcal / 934,06 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 9,76 g 6,35 g 2,18 g Szénhidrát Cukor Só 30,96 g 0,00 g 1,30 g Allergének: 1,(6),(7)</p>	<p>Párizsi krém Félbarna kenyér</p> <p>Energia: 184,80 Kcal / 772,46 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 5,27 g 2,65 g 0,91 g Szénhidrát Cukor Só 33,41 g 2,87 g 1,26 g Allergének: 1,6,(7),(10)</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 Diétetikus