



2024.04.22. - 2024.04.26.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Tízórai</b>	<p><b>Vaniliás tej</b> <b>Zalai felvágott</b> <b>Zsemle foci</b></p> <p>Energia: 419.32 Kcal / 1,752.76 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 19.68 g 13.33 g 5.27 g Szénhidrát Cukor Só 53.67 g 11.99 g 1.60 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7,(6)</p>	<p><b>Kakaós tej</b> <b>Szezámos tojáspestétom</b> <b>Félbarna kenyér</b></p> <p>Energia: 376.29 Kcal / 1,572.89 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 15.11 g 8.37 g 3.06 g Szénhidrát Cukor Só 58.36 g 16.91 g 1.27 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,6,7,10,11,(12)</p>	<p><b>Tej</b> <b>Sonkacrém</b> <b>Félbarna kenyér</b></p> <p>Energia: 277.32 Kcal / 1,159.20 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 12.91 g 4.86 g 2.13 g Szénhidrát Cukor Só 43.68 g 2.87 g 1.11 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,6,7</p>	<p><b>Vaniliás tej</b> <b>Főtt tojás karika</b> <b>Margarin delma light</b> <b>Félbarna kenyér</b></p> <p>Energia: 362.24 Kcal / 1,514.16 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 12.93 g 9.14 g 3.31 g Szénhidrát Cukor Só 55.66 g 14.86 g 1.25 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7,(6)</p>	<p><b>Kakaós tej</b> <b>Babos zakuszka</b> <b>Félbarna kenyér</b></p> <p>Energia: 390.19 Kcal / 1,630.99 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 14.47 g 7.00 g 2.23 g Szénhidrát Cukor Só 65.46 g 17.10 g 1.25 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7,(3),(6),(10)</p>
<b>Ebéd</b>	<p><b>Zöldborsó leves</b> <b>Bolognai spagetti</b></p> <p>Energia: 711.25 Kcal / 2,973.03 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 34.08 g 25.12 g 8.14 g Szénhidrát Cukor Só 83.82 g 12.43 g 1.08 g</p> <p><i>Allergének:</i> 7,(1),(3),(10)</p>	<p><b>Daragaluska leves</b> <b>Rakott zöldbab</b> <b>Félbarna kenyér</b></p> <p>Energia: 638.31 Kcal / 2,668.14 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 28.53 g 23.91 g 5.80 g Szénhidrát Cukor Só 74.72 g 2.05 g 1.19 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,6,7,(10)</p>	<p><b>Lebbencsleves</b> <b>Aprópecsenye</b> <b>Tök főzelék</b> <b>Félbarna kenyér</b></p> <p>Energia: 767.31 Kcal / 3,207.36 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 30.08 g 32.83 g 6.96 g Szénhidrát Cukor Só 84.97 g 21.18 g 1.69 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7,(3),(6),(10)</p>	<p><b>Csontleves</b> <b>Főtt sertés hús</b> <b>Sós burgonya</b> <b>Sóska mártás</b></p> <p>Energia: 659.12 Kcal / 2,755.12 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 30.96 g 15.45 g 4.43 g Szénhidrát Cukor Só 96.56 g 20.18 g 0.70 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7,9,(3),(10)</p>	<p><b>Kassai burg.leves</b> <b>Kókuszos csiga</b></p> <p>Energia: 678.38 Kcal / 2,835.63 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 28.22 g 24.49 g 10.35 g Szénhidrát Cukor Só 84.83 g 14.09 g 0.71 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,6,7,(10)</p>
<b>Uzsonna</b>	<p><b>Zöldf. szendv.krém</b> <b>Félbarna kenyér</b></p> <p>Energia: 175.00 Kcal / 731.50 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 4.57 g 1.91 g 0.72 g Szénhidrát Cukor Só 33.36 g 2.87 g 1.05 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,6,(7)</p>	<p><b>Vajkrém natúr</b> <b>Félbarna kenyér</b> <b>Paradicsom</b></p> <p>Energia: 244.45 Kcal / 1,021.80 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 5.37 g 8.38 g 0.09 g Szénhidrát Cukor Só 35.58 g 2.87 g 1.15 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,(6),(7)</p>	<p><b>Körözött tömlős</b> <b>Teljes kiőrlésű kifli</b></p> <p>Energia: 242.93 Kcal / 1,015.45 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 10.46 g 10.58 g 4.93 g Szénhidrát Cukor Só 26.17 g 0.00 g 1.78 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7</p>	<p><b>Margaréta</b> <b>Mandarin</b></p> <p>Energia: 165.14 Kcal / 690.29 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 4.03 g 3.40 g 1.32 g Szénhidrát Cukor Só 29.12 g 5.54 g 0.32 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7</p>	<p><b>Kefir</b> <b>Sajtos kifli</b></p> <p>Energia: 194.57 Kcal / 813.30 Kj Fehérje Zsír T.Zsír/sav 12.47 g 2.80 g 1.60 g Szénhidrát Cukor Só 29.65 g 0.00 g 1.36 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7</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