



2024.04.15. - 2024.04.19.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Vaniliás tej Margarinos kenyér Sertés pizzasonka felvágott</p> <p>Energia: 268.88 Kcal / 1,123.92 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 14,55 g 4,71 g 1,26 g Szénhidrát Cukor Só 55,64 g 12,20 g 1,20 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7,(6)</p>	<p>Tej Sajtos melegszendvics Uborka</p> <p>Energia: 330.85 Kcal / 1,382.95 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 17,10 g 9,34 g 4,44 g Szénhidrát Cukor Só 48,54 g 0,00 g 1,80 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7,(6)</p>	<p>Poharas tej Tojásomlett Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p>Energia: 464.91 Kcal / 1,943.32 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 21,64 g 17,14 g 5,09 g Szénhidrát Cukor Só 55,51 g 0,00 g 1,31 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7</p>	<p>Főtt virsli Mustár Félbarna kenyér</p> <p>Energia: 386.16 Kcal / 1,614.15 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 17,16 g 15,44 g 5,60 g Szénhidrát Cukor Só 44,18 g 0,00 g 3,54 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,10,(6),(7),(12)</p>	<p>Poharas kakaó Szendvics sonka Margarin delta Teljes kiőrlésű kenyér Pritamin paprika</p> <p>Energia: 372.89 Kcal / 1,558.68 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 22,89 g 3,60 g 0,60 g Szénhidrát Cukor Só 61,76 g 12,20 g 1,01 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7</p>
Ebéd	<p>Karfiol leves Bolognai spagetti</p> <p>Energia: 632.44 Kcal / 2,643.60 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 38,02 g 21,11 g 4,52 g Szénhidrát Cukor Só 85,22 g 5,59 g 2,49 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7,(10)</p>	<p>Tarhonyaleves Sertés pörkölt Tök főzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p>Energia: 791.44 Kcal / 3,308.22 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 32,71 g 33,85 g 7,07 g Szénhidrát Cukor Só 87,88 g 18,95 g 2,05 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7,(10)</p>	<p>Borsókrémlev. lev.gyöngy Tavaszi csirkemell Párolt kuskusz</p> <p>Energia: 847.93 Kcal / 3,544.35 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 41,89 g 33,07 g 4,05 g Szénhidrát Cukor Só 93,45 g 24,52 g 2,22 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7,(10)</p>	<p>Csontleves Rakott brokkoli</p> <p>Energia: 453.53 Kcal / 1,895.76 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 27,15 g 17,62 g 5,20 g Szénhidrát Cukor Só 46,23 g 0,22 g 1,09 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7,9,(10)</p>	<p>Muskátlis leves Kakaós csiga</p> <p>Energia: 773.40 Kcal / 3,232.81 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 26,64 g 26,30 g 5,26 g Szénhidrát Cukor Só 107,26 g 31,54 g 1,09 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7,(10)</p>
Uzsonna	<p>Fatörzs kifli Alma</p> <p>Energia: 189.19 Kcal / 790.81 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 4,21 g 3,82 g 1,32 g Szénhidrát Cukor Só 33,74 g 5,54 g 0,34 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7</p>	<p>Natúr joghurt Szezámmagos zsemle</p> <p>Energia: 57.00 Kcal / 238.26 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 9,10 g 3,56 g 0,30 g Szénhidrát Cukor Só 26,67 g 1,75 g 1,00 g</p> <p><i>Allergének:</i> 6,11</p>	<p>Körözött Félbarna kenyér Zöldpaprika</p> <p>Energia: 235.69 Kcal / 985.18 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 10,74 g 3,74 g 1,82 g Szénhidrát Cukor Só 39,48 g 0,00 g 1,51 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7,(6)</p>	<p>Kefir Magvas rudacska</p> <p>Energia: 203.03 Kcal / 848.67 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 11,60 g 5,55 g 0,81 g Szénhidrát Cukor Só 26,42 g 0,00 g 0,95 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7,(8),(11)</p>	<p>Mackó sajt Búzakorpás diákrúd</p> <p>Energia: 201.34 Kcal / 841.60 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 9,52 g 7,02 g 3,79 g Szénhidrát Cukor Só 24,78 g 0,00 g 1,26 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7</p>

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

Gyurján Józsefné s.k.
Élelmezésvezető

Róka László s.k.
Szakács

Soltész Andrásné s.k.
Dietetikus