



## HÉTFŐ

## KEDD

## SZERDA

## CSÜTÖRTÖK

## PÉNTEK

| T | HÉTFŐ  |  |    |    |     |      |     |      | KEDD  |                                       |    |     |      |     |      |    | SZERDA  |  |     |      |     |      |    |    | CSÜTÖRTÖK   |   |      |     |      |    |    |    | PÉNTEK  |                                       |     |  |  |  |  |  |
|---|--|--|----|----|-----|------|-----|------|---|---------------------------------------|----|-----|------|-----|------|----|---|--|-----|------|-----|------|----|----|---|---|------|-----|------|----|----|----|---|---------------------------------------|-----|--|--|--|--|--|
|   | Tej(2)<br>Sajtos stangli(1-2-3)  |  |    |    |     |      |     |      | Csipkebogyó tea<br>Uborka<br>Szendvicskrém(2)<br>Magvas zsemle(1-5) |                                       |    |     |      |     |      |    | Tea<br>Pizza(1-2-8-10)  |  |     |      |     |      |    |    | Gyümölcstea<br>Csirkesonka(2-8-10)<br>Margarin(2)<br>Graham kenyér(1-8) |   |      |     |      |    |    |    | Tea<br>Tejberizs(2)   |                                       |     |  |  |  |  |  |
|   | Allergének<br>TEJ(2)GLUTÉN(1)TOJÁS(3)                                  |  |    |    |     |      |     |      | Allergének<br>TEJ(2)GLUTÉN(1)SZEZÁMMAG(5)                           |                                       |    |     |      |     |      |    | Allergének<br>TEJ(2)GLUTÉN(1)SZÓJA(8)MUSTÁR(10)                                       |  |     |      |     |      |    |    | Allergének<br>TEJ(2)GLUTÉN(1)SZÓJA(8)MUSTÁR(10)                         |   |      |     |      |    |    |    | Allergének<br>TEJ(2)  |                                       |     |  |  |  |  |  |
| g | Kcal   | F                                      | Zs | Sz | Só  | T.zs | Cuk | Kcal | F   | Zs                                    | Sz | Só  | T.zs | Cuk | Kcal | F  | Zs  | Sz   | Só  | T.zs | Cuk | Kcal | F  | Zs | Sz  | Só  | T.zs | Cuk | Kcal | F  | Zs | Sz | Só  | T.zs                                  | Cuk |  |  |  |  |  |
|   | 347  | 13                                     | 8  | 55 | 1,0 | 2    | 0   | 468  | 11  | 17                                    | 63 | 1,0 | 0    | 15  | 264  | 14 | 6   | 37   | 1,6 | 2    | 8   | 240  | 11 | 10 | 27  | 1,1   | 4    | 5   | 313  | 10 | 3  | 59 | 0,3   | 2                                     | 22  |  |  |  |  |  |
| E | Árpagyöngyleves(1-4)<br>Sajtos tejszínes csirkemel(2-1)<br>Párolt rizs |  |    |    |     |      |     |      | Karfiolleves (tejfőlös)(1-2)<br>Bolognai spagetti(2-1-3)            |                                       |    |     |      |     |      |    | Pulyka raguleves(4)<br>Stefánia szelet(1-8-3)<br>Kelkáposzta főzelék(1)<br>Nápolyi(2) |  |     |      |     |      |    |    | Erdei gyümölcsleves(2)<br>Joghurtos csirkecomb(2)<br>Kuskusz(1)         |   |      |     |      |    |    |    | Zöldbabeleves- tejfőlös(1-2)<br>Rántott karfiol(1-3)<br>Párolt rizs |                                       |     |  |  |  |  |  |
|   |  | Allergének<br>TEJ(2)GLUTÉN(1)ZELLER(4) |    |    |     |      |     |      |   | Allergének<br>TEJ(2)GLUTÉN(1)TOJÁS(3) |    |     |      |     |      |    |   | Allergének<br>TEJ(2)GLUTÉN(1)SZÓJA(8)TOJÁS(3)ZELLE<br>R(4) |     |      |     |      |    |    |   | Allergének<br>TEJ(2)GLUTÉN(1)                                 |      |     |      |    |    |    |   | Allergének<br>TEJ(2)GLUTÉN(1)TOJÁS(3) |     |  |  |  |  |  |
| g | Kcal   | F                                      | Zs | Sz | Só  | T.zs | Cuk | Kcal | F   | Zs                                    | Sz | Só  | T.zs | Cuk | Kcal | F  | Zs  | Sz   | Só  | T.zs | Cuk | Kcal | F  | Zs | Sz  | Só  | T.zs | Cuk | Kcal | F  | Zs | Sz | Só  | T.zs                                  | Cuk |  |  |  |  |  |
|   | 618  | 29                                     | 22 | 63 | 2,6 | 6    | 0   | 459  | 24  | 15                                    | 55 | 2,3 | 5    | 5   | 593  | 27 | 31  | 46   | 4,8 | 4    | 0   | 936  | 63 | 32 | 84  | 4,9   | 9    | 20  | 508  | 13 | 16 | 75 | 2,7   | 4                                     | 0   |  |  |  |  |  |
| U | Banán<br>Gyümölcsle  |  |    |    |     |      |     |      | Tejszelet(2)  |                                       |    |     |      |     |      |    | Abonett szelet<br>Ivójoghurt(2)   |  |     |      |     |      |    |    | Mogyorókrémes<br>kenyér(2-7-8-9-1)<br>Alma                              |   |      |     |      |    |    |    | Sárgarépas ivólé<br>Meggyes kókuszgolyó(1-2)                        |                                       |     |  |  |  |  |  |
|   |  | Allergének                             |    |    |     |      |     |      |   | Allergének<br>TEJ(2)                  |    |     |      |     |      |    |   | Allergének<br>TEJ(2)                                       |     |      |     |      |    |    |   | Allergének<br>TEJ(2)GLUTÉN(1)SZÓJA(8)DIÓFÉLE(9)MOG<br>YORÓ(7) |      |     |      |    |    |    |   | Allergének<br>TEJ(2)GLUTÉN(1)         |     |  |  |  |  |  |
| g | Kcal   | F                                      | Zs | Sz | Só  | T.zs | Cuk | Kcal | F   | Zs                                    | Sz | Só  | T.zs | Cuk | Kcal | F  | Zs  | Sz   | Só  | T.zs | Cuk | Kcal | F  | Zs | Sz  | Só  | T.zs | Cuk | Kcal | F  | Zs | Sz | Só  | T.zs                                  | Cuk |  |  |  |  |  |
|   | 151  | 1                                      | 0  | 37 | 0,1 | 0    | 30  | 0    | 0   | 0                                     | 0  | 0,0 | 0    | 0   | 175  | 7  | 4   | 21   | 0,1 | 0    | 0   | 262  | 5  | 9  | 37  | 0,0   | 0    | 0   | 56   | 0  | 0  | 13 | 0,0   | 0                                     | 6   |  |  |  |  |  |

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket !

A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk !

\* T.Zs = Telített zsírsav

Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk !

\* jelölt étel édesítőt tartalmaz

Élelmezésvezető:.....

.....

.....