

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Tej R (7) Méz R Margarin R Félbarna kenyér R (1)</p> <p>En: 1275 kJ (305 kCal) Zsír: 5,5 g T.Zsír: 1,8 g Szh: 53,3 g Cukor: 26,2 g Feh: 11,8 g Só: 1,2 g</p>	<p>Tej R (7) Zabpelyhes kifli (1) Delma margarin</p> <p>En: 1229 kJ (294 kCal) Zsír: 7,6 g T.Zsír: 2,8 g Szh: 40,6 g Cukor: 10,0 g Feh: 12,3 g Só: 1,3 g</p>	<p>Citromos tea R Tejfőlös túró R (7) Zsemle R (1) Paradicsom R</p> <p>En: 902 kJ (216 kCal) Zsír: 2,7 g T.Zsír: 1,4 g Szh: 38,6 g Cukor: 8,2 g Feh: 8,0 g Só: 0,9 g</p>	<p>Karamellás tej R (7) Fonott kalács R (1,3,7)</p> <p>En: 1136 kJ (271 kCal) Zsír: 6,0 g T.Zsír: 3,1 g Szh: 42,1 g Cukor: 18,1 g Feh: 10,9 g Só: 0,5 g</p>	<p>Gyümölcsstea R Tojáskrém R (3,7,10) Teljes kiőrlésű kenyér R (1) Hónapos retek R</p> <p>En: 861 kJ (206 kCal) Zsír: 5,0 g T.Zsír: 2,4 g Szh: 32,0 g Cukor: 6,3 g Feh: 6,2 g Só: 1,2 g</p>
Ebéd	<p>Reszeltészta leves R (1,3,9) Sült virsli R (6) Zöldborsó főzelék R (1,7,9) Teljes kiőrlésű kenyér ebédhe (1)</p> <p>En: 2258 kJ (539 kCal) Zsír: 25,0 g T.Zsír: 5,5 g Szh: 55,0 g Cukor: 3,5 g Feh: 21,1 g Só: 2,9 g</p>	<p>Citromos kerti leves R (1,7,9) Tarhonyás hús R (1) Csalamádé (édesítőszerrel)</p> <p>En: 2064 kJ (493 kCal) Zsír: 18,4 g T.Zsír: 4,2 g Szh: 57,2 g Cukor: 3,2 g Feh: 24,1 g Só: 1,2 g</p>	<p>Gulyásleves R (1,3,9,12) Piskóta kocka (1,3) Diós csokoládés öntet R (7,8) Alma R</p> <p>En: 2458 kJ (587 kCal) Zsír: 18,3 g T.Zsír: 4,1 g Szh: 78,2 g Cukor: 32,4 g Feh: 24,8 g Só: 0,5 g</p>	<p>Köménymag leves R (1) Pírtott kenyérkocka R (1) Csirkepörkölt R (1) Burgonyafőzelék R (1,7,9,12) Teljes kiőrlésű kenyér ebédhe (1)</p> <p>En: 2165 kJ (517 kCal) Zsír: 18,2 g T.Zsír: 3,4 g Szh: 62,4 g Cukor: 1,8 g Feh: 22,3 g Só: 1,6 g</p>	<p>Paradicsomleves R (1,3,9) Sütőben sült halrudak (1,3,4) Petrezselymes rizs R Uborkasaláta R</p> <p>En: 2555 kJ (610 kCal) Zsír: 11,4 g T.Zsír: 1,1 g Szh: 101,5 g Cukor: 15,1 g Feh: 20,8 g Só: 2,5 g</p>
Uzsonna	<p>Magyaros vajkrém R (7) Kígyóuborka R Zsemle R (1)</p> <p>En: 834 kJ (199 kCal) Zsír: 5,4 g T.Zsír: 2,6 g Szh: 31,3 g Cukor: 0,7 g Feh: 5,2 g Só: 1,0 g</p>	<p>Sajt szelet R (7) Margarin R Teljes kiőrlésű kenyér R (1) Zöldpaprika R</p> <p>En: 1125 kJ (269 kCal) Zsír: 11,1 g T.Zsír: 0,2 g Szh: 26,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 13,0 g Só: 1,7 g</p>	<p>Gépsonka R Margarin R Teljes kiőrlésű kenyér R (1)</p> <p>En: 746 kJ (178 kCal) Zsír: 4,0 g T.Zsír: 0,6 g Szh: 24,6 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,7 g Só: 1,2 g</p>	<p>Párizsi R (1,6) Margarin R Zsemle R (1) Kígyóuborka R</p> <p>En: 888 kJ (212 kCal) Zsír: 6,2 g T.Zsír: 1,6 g Szh: 30,5 g Cukor: 0,1 g Feh: 7,1 g Só: 1,1 g</p>	<p>Natúr joghurt R (7) Kifli R (1,7)</p> <p>En: 925 kJ (221 kCal) Zsír: 6,2 g T.Zsír: 0,9 g Szh: 32,3 g Cukor: 0,7 g Feh: 8,2 g Só: 0,9 g</p>

Jó étvágyat kívánunk!

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

Konyha vezető Sipos Lászlóné
Telefonszám 06202756166

Allergének: 1.-Gabonák, amelyek glutént tartalmaznak, 2.-Rákok és abból készült termékek, 3.-Tojás és abból készült termékek, 4.-Halak és azokból készült termékek, 5.-Földimogyoró és abból készült termékek, 6.-Szójabab és abból készült termékek, 7.-Tej- és tejtermékek, beleértve a laktózt, 8.-Diók, mogyorók és azokból készült termékek, 9.-Zeller és abból készült termékek, 10.-Mustár és abból készült termékek, 11.-szeszámog és abból készült termékek, 12.-Kén-dioxid és szulfátok - 10mg/kg konc. esetén, 13.-Csillagfürt és abból készült termékek, 14.-Puhatestűek és abból készült termékek