

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej * (7) Foszlós kalács / kakaós kalács (1,3,7) En: 1811 kJ (433 kCal) Zsír: 10,3 g T.Zsír: 5,3 g Szh: 65,6 g Cukor: 4,8 g Feh: 15,4 g Só: 0,9 g	Citromos tea R Főtt tojás R (3) Margarin R Zsemle * (1) Paradicsom R En: 933 kJ (223 kCal) Zsír: 4,4 g T.Zsír: 1,5 g Szh: 37,7 g Cukor: 7,2 g Feh: 6,7 g Só: 0,8 g	Gyümölcsstea R Zelleres túrókrém R (7,9) Szezámgyöngyös zsemle R (1,11) En: 878 kJ (210 kCal) Zsír: 2,8 g T.Zsír: 0,9 g Szh: 36,9 g Cukor: 7,9 g Feh: 8,0 g Só: 0,7 g	Tej R (7) Extra dzsem R Margarin R Félbarna kenyér R (1) En: 1276 kJ (305 kCal) Zsír: 5,5 g T.Zsír: 1,8 g Szh: 53,3 g Cukor: 23,6 g Feh: 11,8 g Só: 1,2 g	Citromos tea R Kenőmájás R (1,6,7) Teljes kiőrlésű zsemle R (1) Zöldpaprika R En: 1016 kJ (243 kCal) Zsír: 6,1 g T.Zsír: 2,6 g Szh: 36,8 g Cukor: 7,8 g Feh: 8,5 g Só: 1,3 g
Ebéd	Magyaros gombaleves R (1,3,9) Vadas sertéstokány R (1,7,9,10) Főtt tészta R (1,3) Nektarin R En: 2391 kJ (571 kCal) Zsír: 20,7 g T.Zsír: 4,1 g Szh: 69,8 g Cukor: 19,0 g Feh: 22,8 g Só: 1,0 g	Köménymag leves R (1) Zsemle kocka (1) Csirkepörkölt R (1) Lencsefőzelék R (1,7,10) Teljes kiőrlésű kenyér ebédhe (1) En: 2119 kJ (506 kCal) Zsír: 15,3 g T.Zsír: 2,9 g Szh: 59,2 g Cukor: 2,9 g Feh: 29,3 g Só: 1,7 g	Csokonai leves R (1,7,9,10,12) Tejbenrizs R (7) Erdei gyümölcsös gyüm.velő R En: 2062 kJ (493 kCal) Zsír: 11,8 g T.Zsír: 4,6 g Szh: 71,1 g Cukor: 27,2 g Feh: 23,0 g Só: 1,1 g	Hamis gulyásleves R (9,12) Szárnycsokoló R (1,3) Parajfőzelék R (1,7) Teljes kiőrlésű kenyér ebédhe (1) Alma R En: 1782 kJ (426 kCal) Zsír: 13,6 g T.Zsír: 2,2 g Szh: 53,4 g Cukor: 8,4 g Feh: 19,9 g Só: 2,0 g	Almaleves R (1,7) Szezámgyöngyös natúr csirkemellfi (1,11) Petrezselymes burgonya R (12) Uborkasaláta R En: 2066 kJ (493 kCal) Zsír: 14,5 g T.Zsír: 1,9 g Szh: 63,8 g Cukor: 21,7 g Feh: 23,8 g Só: 1,0 g
Uzsonna	Zöldfűszeres vajkrém R (7) Teljes kiőrlésű kenyér R (1) Zöldpaprika R En: 859 kJ (205 kCal) Zsír: 7,9 g T.Zsír: 3,6 g Szh: 26,3 g Cukor: 0,2 g Feh: 5,2 g Só: 1,0 g	Sajt szelet R (7) Margarin R Félbarna kenyér R (1) En: 1076 kJ (257 kCal) Zsír: 10,9 g T.Zsír: 0,2 g Szh: 27,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 13,2 g Só: 1,7 g	Párizsi R (1,6) Margarin R Teljes kiőrlésű kenyér R (1) Kígyóuborka R En: 816 kJ (195 kCal) Zsír: 6,2 g T.Zsír: 1,5 g Szh: 25,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,9 g Só: 1,3 g	Paprikás szalámi R Margarin R Paradicsom R Zsemle R (1) En: 1033 kJ (247 kCal) Zsír: 10,0 g T.Zsír: 0,2 g Szh: 30,6 g Cukor: 0,1 g Feh: 7,2 g Só: 1,4 g	Habos puding R (1,7) En: 744 kJ (178 kCal) Zsír: 3,2 g T.Zsír: 2,2 g Szh: 33,0 g Cukor: 22,2 g Feh: 3,8 g Só: 0,0 g

Jó étvágyat kívánunk!

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

Konyha vezető Sipos Lászlóné
Telefonszám 06202756166

Allergének: 1.-Gabonák, amelyek glutént tartalmaznak, 2.-Rákóc és abból készült termékek, 3.-Tojás és abból készült termékek, 4.-Halak és azokból készült termékek, 5.-Földimogyoró és abból készült termékek, 6.-Szojabab 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.-szezámgyöngyös 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