

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Tízórai</b>	<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>Citromos tea R Olasz felvágott R (6) Margarin R Teljes kiőrlésű kenyér R (1)</p> <p>En: 947 kJ ( 226 kCal) Zsír: 7,2 g T.Zsír: 1,9 g Szh: 31,7 g Cukor: 7,1 g Feh: 6,2 g Só: 1,5 g</p>		<p>Kakaós tej R (7) Foszlós kalács / kakaós kalács (1,3,7)</p> <p>En: 1930 kJ ( 461 kCal) Zsír: 10,9 g T.Zsír: 5,7 g Szh: 71,6 g Cukor: 19,8 g Feh: 16,0 g Só: 0,9 g</p>	<p>Citromos tea R Tojáskrém R (3,7,10) Teljes kiőrlésű kenyér R (1) Kápia paprika R</p> <p>En: 902 kJ ( 215 kCal) Zsír: 5,0 g T.Zsír: 2,4 g Szh: 34,2 g Cukor: 7,2 g Feh: 6,3 g Só: 1,2 g</p>
<b>Ebéd</b>	<p>Lebbencsleves R (1,3,12) Sült virsli R (6) Zöldborsó főzelék R (1,7,9) Félbarna kenyér R (1)</p> <p>En: 2365 kJ ( 565 kCal) Zsír: 22,7 g T.Zsír: 5,3 g Szh: 67,6 g Cukor: 3,4 g Feh: 23,0 g Só: 3,2 g</p>	<p>Zöldséges lencseleves R (1,7,9) Sajt szórát R (7) Bazsalikomos paradicsommártás (1,9) Főtt tészta R (1,3) Körte</p> <p>En: 2476 kJ ( 591 kCal) Zsír: 18,4 g T.Zsír: 5,3 g Szh: 80,8 g Cukor: 19,2 g Feh: 22,6 g Só: 1,2 g</p>		<p>Tárkonyos zöldségleves R (1,7,9) Csirkepörkölt R (1) Burgonyafőzelék R (1,7,9,12) Teljes kiőrlésű kenyér R (1)</p> <p>En: 2501 kJ ( 597 kCal) Zsír: 21,2 g T.Zsír: 4,1 g Szh: 72,5 g Cukor: 2,2 g Feh: 24,8 g Só: 2,5 g</p>	<p>Zellerkrém leves R (1,7,9) Pirított tökmag Sütőben sült halrudak (1,4) Karottás rizs Tartár mártás R (3,7,10)</p> <p>En: 2255 kJ ( 539 kCal) Zsír: 22,4 g T.Zsír: 3,9 g Szh: 59,9 g Cukor: 2,5 g Feh: 20,7 g Só: 2,8 g</p>
<b>Uzsonna</b>	<p>Sajtkrém R (7) Teljes kiőrlésű kenyér R (1) Kígyóuborka R</p> <p>En: 731 kJ ( 175 kCal) Zsír: 4,2 g T.Zsír: 2,5 g Szh: 26,7 g Cukor: 1,5 g Feh: 5,7 g Só: 1,3 g</p>	<p>Kenőmájas R (1,6,7) Zsemle R (1) Jégcsap retek R</p> <p>En: 890 kJ ( 212 kCal) Zsír: 6,0 g T.Zsír: 2,6 g Szh: 30,2 g Cukor: 0,1 g Feh: 7,7 g Só: 1,2 g</p>		<p>Párizsi R (1,6) Császárszemle R (1,7) Margarin R Zöldpaprika R</p> <p>En: 786 kJ ( 188 kCal) Zsír: 6,6 g T.Zsír: 1,8 g Szh: 24,5 g Cukor: 0,7 g Feh: 6,4 g Só: 1,0 g</p>	<p>Túró rudi (7) Kífli R (1,7)</p> <p>En: 1031 kJ ( 246 kCal) Zsír: 7,1 g T.Zsír: 4,5 g Szh: 38,3 g Cukor: 11,8 g Feh: 6,9 g Só: 0,6 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.-szezámag 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