

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Tej R (7) Briós (1,3,7) En: 1094 kJ (261 kCal) Zsír: 5,8 g T.Zsír: 2,9 g Szh: 40,8 g Cukor: 17,2 g Feh: 10,6 g Só: 0,5 g	Gyümölcsstea R Párizsi R (1,6) Margarin R Félbarna kenyér R (1) En: 884 kJ (211 kCal) Zsír: 6,1 g T.Zsír: 1,6 g Szh: 32,8 g Cukor: 6,2 g Feh: 7,3 g Só: 1,4 g	Citromos tea R Majonéz tojáskrém R (3,7,10) Zsemle R (1) Sárgarépa hasábok En: 1262 kJ (301 kCal) Zsír: 7,2 g T.Zsír: 2,5 g Szh: 41,5 g Cukor: 7,3 g Feh: 10,9 g Só: 1,3 g	Tej R (7) Gabonapehely R (1,8,11) En: 894 kJ (214 kCal) Zsír: 3,8 g T.Zsír: 1,8 g Szh: 35,5 g Cukor: 20,8 g Feh: 8,5 g Só: 0,4 g	Gyümölcsstea R Húspástétom R (7) Teljes kiőrlésű kenyér R (1) Kígyóborka R En: 874 kJ (209 kCal) Zsír: 3,7 g T.Zsír: 1,4 g Szh: 31,8 g Cukor: 6,2 g Feh: 9,9 g Só: 1,0 g
Ebéd	Alföldi tésztaleves R (1,9,12) Stroganoff szárnyas tokány R (1,7,10) Párolt rizs R En: 1985 kJ (474 kCal) Zsír: 16,2 g T.Zsír: 2,7 g Szh: 60,6 g Cukor: 1,7 g Feh: 19,1 g Só: 1,1 g	Erőleves R (1,3,9) Székelykáposzta R (1,7) Teljes kiőrlésű kenyér ebédhe (1) Kivi R En: 1708 kJ (408 kCal) Zsír: 12,2 g T.Zsír: 3,2 g Szh: 47,6 g Cukor: 1,5 g Feh: 21,7 g Só: 3,0 g	Bableves R (1,9) Sajtos-tejfölös metélt R (1,3,7) Alma R En: 2340 kJ (559 kCal) Zsír: 19,9 g T.Zsír: 8,1 g Szh: 67,4 g Cukor: 8,1 g Feh: 24,7 g Só: 1,9 g	Daragaluska leves R (1,3,9) Csirkepörkölt R (1) Zöldborsó főzelék R (1,7) Félbarna kenyér ebédhez R (1) En: 1994 kJ (476 kCal) Zsír: 15,7 g T.Zsír: 2,5 g Szh: 56,7 g Cukor: 7,8 g Feh: 25,6 g Só: 2,0 g	Paradicsomleves R (1,3,9) Rántott halrúd tepsiben sütv (1,4) Snidlinges burgonya R (12) Majonéz tavaszi saláta En: 1925 kJ (460 kCal) Zsír: 9,1 g T.Zsír: 0,8 g Szh: 73,7 g Cukor: 10,1 g Feh: 17,8 g Só: 2,4 g
Uzsonna	Kenőmájas R (1,6,7) Kifli R (1,7) Kaliforniai paprika R En: 956 kJ (228 kCal) Zsír: 7,5 g T.Zsír: 3,3 g Szh: 30,1 g Cukor: 0,7 g Feh: 8,5 g Só: 1,1 g	Pritaminos sajtkrém R (7) Szezámagos zsemle R (1,11) Lilahagyma R En: 861 kJ (206 kCal) Zsír: 5,3 g T.Zsír: 2,6 g Szh: 32,8 g Cukor: 1,9 g Feh: 5,7 g Só: 1,1 g	Csemege szalámi R Margarin R Teljes kiőrlésű kenyér R (1) En: 929 kJ (222 kCal) Zsír: 9,6 g T.Zsír: 3,0 g Szh: 25,1 g Cukor: 0,1 g Feh: 7,0 g Só: 1,5 g	Sajt szelet R (7) Margarin R Teljes kiőrlésű zsemle R (1) Jégcsap retek R En: 1179 kJ (282 kCal) Zsír: 10,9 g T.Zsír: 0,2 g Szh: 30,0 g Cukor: 0,7 g Feh: 13,6 g Só: 1,5 g	Kefir D Sajtos stangli R (1,7) En: 653 kJ (156 kCal) Zsír: 1,9 g T.Zsír: 0,9 g Szh: 29,2 g Cukor: 0,8 g Feh: 4,5 g Só: 0,7 g

Jó étvágyat kívánunk!

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

Konyha vezető Sipos Lászlóné
Telefonszám 06202756166

Allergének: 1.-Gabonák, amelyek glutént tartalmaznak, 2.-Rákók 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.-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