

HÉTFŐ

Tízórai

Tehéntej 1,5% [7]
 Mézes
 Teljes kiőrlésű kenyér [1]
 Margarinnal [(7)]

Fehé.: 12.4g	Zsír: 5.7g	T.Zs.: 2.6g
Szén.: 54.9g	Cukor: 16.2g	Só: 0.4g
Ener.: 321.8kcal		

Ebéd

Zöldséges karfiollevés [1,9]
 Sajtós-tejszínes csirkeragu [1,7]
 Orsó tésztával [1,3]

Fehé.: 39.3g	Zsír: 19.3g	T.Zs.: 5.9g
Szén.: 77.2g	Cukor: 0.2g	Só: 1.8g
Ener.: 642.8kcal		

Uzsonna

Helyben sült sajtós rúd [1,7,(3,6,8,11,12)]
 Alma

Fehé.: 5.4g	Zsír: 2.0g	T.Zs.: 2.2g
Szén.: 27.5g	Cukor: 0.0g	Só: 1.0g
Ener.: 151.9kcal		

KEDD

Tízórai

Erdei gyümölcsös tea
 Tonhalkrémes [3,4,7,10,(1)]
 Félbarna kenyér [1]
 Paprikával

Fehé.: 7.4g	Zsír: 14.3g	T.Zs.: 5.4g
Szén.: 53.4g	Cukor: 20.6g	Só: 0.0g
Ener.: 374.3kcal		

Ebéd

Erőleves [9]
 Bácskai rizseshús
 Csemege uborkával [15,(12)]

Fehé.: 18.4g	Zsír: 22.0g	T.Zs.: 5.9g
Szén.: 63.3g	Cukor: 0.0g	Só: 2.0g
Ener.: 527.2kcal		

Uzsonna

Eper ízű gyümölcsjoghurt [7,(1)]
 Kifli [1,(7)]

Fehé.: 9.4g	Zsír: 6.1g	T.Zs.: 3.2g
Szén.: 45.3g	Cukor: 22.5g	Só: 0.9g
Ener.: 275.4kcal		

SZERDA

Tízórai

Kakaó [7]
 Kalács [1,3,7]

Fehé.: 14.2g	Zsír: 9.3g	T.Zs.: 4.3g
Szén.: 59.5g	Cukor: 14.6g	Só: 0.9g
Ener.: 379.7kcal		

Ebéd

Magyaros csipetkeleves [1,3]
 Sült virsli
 Gyöngybabfőzelékkel [1,7]
 Teljes kiőrlésű kenyérral [1]
 Mandarin

Fehé.: 23.2g	Zsír: 28.3g	T.Zs.: 7.1g
Szén.: 68.8g	Cukor: 0.7g	Só: 0.8g
Ener.: 623.7kcal		

Uzsonna

Olasz felvágottas
 Rozskenyér [1]
 Margarinnal [(7)]
 Paprikával

Fehé.: 10.5g	Zsír: 12.4g	T.Zs.: 8.9g
Szén.: 30.9g	Cukor: 0.0g	Só: 2.0g
Ener.: 278.1kcal		

CSÜTÖRTÖK

Tízórai

Csipkebogyós tea
 Körözöttes [7]
 Rozskenyér [1]
 Paradicsommal

Fehé.: 10.8g	Zsír: 3.5g	T.Zs.: 5.8g
Szén.: 52.5g	Cukor: 20.0g	Só: 1.0g
Ener.: 286.6kcal		

Ebéd

Erdei gyümölcsleves [1,7]
 Lecsós sertésragu
 Bulgurral [1]

Fehé.: 25.2g	Zsír: 40.7g	T.Zs.: 10.8g
Szén.: 95.3g	Cukor: 18.2g	Só: 1.4g
Ener.: 826.3kcal		

Uzsonna

Paprikás szalámis
 Zsemle [1]
 Margarinnal [(7)]

Fehé.: 7.6g	Zsír: 9.2g	T.Zs.: 3.5g
Szén.: 28.6g	Cukor: 0.0g	Só: 0.7g
Ener.: 228.0kcal		

PÉNTEK

Tízórai

Meggyes tea
 Tavaszi felvágottas
 Teljes kiőrlésű kenyér [1]
 Margarinnal [(7)]
 Kígyóborkával

Fehé.: 9.1g	Zsír: 7.2g	T.Zs.: 2.8g
Szén.: 49.4g	Cukor: 20.1g	Só: 0.7g
Ener.: 299.8kcal		

Ebéd

Palóc gulyásleves [1,7]
 Teljes kiőrlésű kenyérral [1]
 Tejbedara [1,7]
 Kakaó szóráttal

Fehé.: 23.3g	Zsír: 12.2g	T.Zs.: 1.9g
Szén.: 94.4g	Cukor: 38.7g	Só: 0.6g
Ener.: 582.6kcal		

Uzsonna

Natúr kockasajttal [7]
 Kifli [1,(7)]
 Narancs

Fehé.: 11.0g	Zsír: 10.5g	T.Zs.: 6.0g
Szén.: 32.1g	Cukor: 0.0g	Só: 1.5g
Ener.: 271.2kcal		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változtatásokról az érintett intézményeket értesítjük. Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

1 - glutén	2 - rák	3 - tojás	4 - hal	5 - földimogyoró
6 - szója	7 - tejtermék, laktóz	8 - diófélék	9 - zeller	10 - mustár
11 - szeszám	12 - kén-dioxid - szulfid	13 - csillagfürt	14 - puhatestűek	15 - mesterséges édesítőszer

16 - édesgyökér