

HÉTFŐ

Tízórai

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

Fehé.: 19.7g	Zsír: 9.2g	T.Zs.: 3.9g
Szén.: 93.8g	Cukor: 24.3g	Só: 0.6g
Ener.: 538.1kcal		

Ebéd

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

Fehé.: 54.5g	Zsír: 27.5g	T.Zs.: 8.6g
Szén.: 96.9g	Cukor: 0.3g	Só: 2.4g
Ener.: 856.6kcal		

Uzsonna

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

Fehé.: 10.3g	Zsír: 3.4g	T.Zs.: 4.4g
Szén.: 44.5g	Cukor: 0.0g	Só: 2.1g
Ener.: 251.6kcal		

KEDD

Tízórai

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

Fehé.: 14.1g	Zsír: 18.9g	T.Zs.: 7.2g
Szén.: 87.4g	Cukor: 22.8g	Só: 0.0g
Ener.: 579.9kcal		

Ebéd

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

Fehé.: 28.4g	Zsír: 44.0g	T.Zs.: 10.7g
Szén.: 89.2g	Cukor: 0.0g	Só: 3.3g
Ener.: 870.5kcal		

Uzsonna

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

Fehé.: 13.1g	Zsír: 6.4g	T.Zs.: 3.3g
Szén.: 68.1g	Cukor: 22.5g	Só: 1.3g
Ener.: 384.7kcal		

SZERDA

Tízórai

Kakaó [7]
 Kalács [1,3,7]

Fehé.: 22.9g	Zsír: 16.4g	T.Zs.: 7.3g
Szén.: 104.1g	Cukor: 22.2g	Só: 1.6g
Ener.: 657.9kcal		

Ebéd

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

Fehé.: 43.4g	Zsír: 47.1g	T.Zs.: 12.9g
Szén.: 113.7g	Cukor: 1.0g	Só: 1.3g
Ener.: 1052.3kcal		

Uzsonna

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

Fehé.: 18.1g	Zsír: 18.6g	T.Zs.: 15.4g
Szén.: 61.2g	Cukor: 0.0g	Só: 3.2g
Ener.: 485.3kcal		

CSÜTÖRTÖK

Tízórai

Csipkebogyós tea
 Körözöttes [7]
 Rozskenyér [1]
 Paradicsommal

Fehé.: 18.0g	Zsír: 5.5g	T.Zs.: 10.8g
Szén.: 85.4g	Cukor: 22.0g	Só: 1.9g
Ener.: 466.5kcal		

Ebéd

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

Fehé.: 33.9g	Zsír: 54.3g	T.Zs.: 14.8g
Szén.: 124.4g	Cukor: 26.0g	Só: 2.1g
Ener.: 1095.9kcal		

Uzsonna

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

Fehé.: 13.3g	Zsír: 13.9g	T.Zs.: 5.3g
Szén.: 57.1g	Cukor: 0.0g	Só: 1.0g
Ener.: 406.6kcal		

PÉNTEK

Tízórai

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

Fehé.: 15.9g	Zsír: 11.4g	T.Zs.: 4.4g
Szén.: 79.9g	Cukor: 22.2g	Só: 1.0g
Ener.: 487.4kcal		

Ebéd

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

Fehé.: 34.6g	Zsír: 17.0g	T.Zs.: 2.4g
Szén.: 151.8g	Cukor: 71.4g	Só: 1.0g
Ener.: 900.6kcal		

Uzsonna

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

Fehé.: 14.8g	Zsír: 10.8g	T.Zs.: 6.1g
Szén.: 54.9g	Cukor: 0.0g	Só: 2.0g
Ener.: 380.5kcal		

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