



	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT
<b>R</b>	Zala felvágott Tea gyümölcsös Delma - joghurtos (2) Uborka friss Zsemle vizes (1) <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1)	Tej (2) Kakaós csiga (1-2-3)  <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3)	Kifli-vajas (1-2) Párizsi - sertés (8) Paradicsom Delma - multivitaminos (2) <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8)	Tea - citromos Bundas kenyér (1-3)  <u>Allergének</u> GLUTÉN (1) TOJÁS (3)	Tea gyümölcsös Kifli-vajas (1-2) Gyümölcs joghurt (2)  <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1)	Párizsi - sertés (8) Tea gyümölcsös Delma - joghurtos (2) Uborka friss Zsemle vizes (1) <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8)
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 351 9 9 59 0,7 3 1	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 470 20 10 100 0,2 1 1	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 366 11 11 60 0,7 3 1	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 591 13 35 53 0,9 3 11	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 384 12 5 76 0,2 2 14	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 362 9 11 59 0,7 3 1
<b>T</b>	POGÁCSA-VAJAS (1-2-3) KAKAÓ 0,2DL (2)  <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3)	TEJ 0,2DL (2) KENYÉR TK. (1-2-8) DELMA - JOGHURTOS (2) PAPRIKA TV  <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8)	BRIÓS (1-2-3) KAKAÓ 0,2DL (2)  <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3)	KENYÉR TK. (1-2-8) TEJ 0,2DL (2) KENŐMÁJAS-SERTÉS (8) PAPRIKA TV  <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8)	GYÜMÖLCS JOGHURT (2) KIFLI-VAJAS (1-2)  <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1)	ZSEMLE VIZES (1) GYÜMÖLCS NEKTÁR 50 % 2 DL DELMA - JOGHURTOS (2)  <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1)
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 390 12 16 47 0,1 4 4	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 292 12 9 42 1,1 5 5	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 294 11 8 46 0,1 5 4	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 345 14 14 42 1,5 7 5	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 249 9 4 47 0,2 2 13	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 187 3 4 35 0,2 1 7
<b>E</b>	Babgulyás (1-4-10) Meggyes rétes e (1-2-3) Kenyer-húsosleveshez (1)  <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3) ZELLER (4)	Reszelttészta leves (1-4-10-2-3-8) Burgonyafőzelék (2-1) Harcsapogácsa (1-3-6-11) Kenyer - főzelékhez (1)  <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) HAL (6) SZÓJA (8) TOJÁS (3)	Gyümölcsleves (2) Borsodi fokhagymás szelet Párolt rizs Káposztasaláta  <u>Allergének</u> TEJ (2)	Köményes rántottleves (1-4-10) Székelykáposzta (1) Kenyer - magvas (1)  <u>Allergének</u> GLUTÉN (1) ZELLER (4) MUSTÁR (10)	Karfiolleves -zöldséges (1-4-10-2-3-8) ) Sajtos-tejfölös spagetti (1)  <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3)	Zöldbableves tejfölös (1-4-10-2-3-8) Hentestokány serteshúsból (2-3-4-8) Bulgur (1)  <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3)
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 1200 36 40 146 1,3 2 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 779 25 28 106 2,3 6 6	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 758 24 31 93 1,7 7 21	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 618 26 32 54 4,3 6 1	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 538 19 24 61 1,0 10 2	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 638 28 28 66 1,1 8 0
<b>U</b>	Sajtos pereg (1-2-3)  <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3)	Kifli-vajas (1-2) Medve sajt (2)  <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1)	Delma light (1-4-10) Uborka friss Párizsi - sertés (8) Zsemle-t.k. (1-8)  <u>Allergének</u> GLUTÉN (1) SZÓJA (8) ZELLER (4) MUSTÁR (10)	Kenyer tk. (1-2-8) Delma - multivitaminos (2) Uborka friss  <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8)	Moments szelet (1-2-3-7-9)  <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3) DIÓFÉLE (9) MOGY (9)	Mesefitt-keksz (1-3-7-9)  <u>Allergének</u> GLUTÉN (1) TOJÁS (3) DIÓFÉLE (9) MOGY (9)
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 239 5 12 27 0,1 0 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 161 5 3 29 0,4 2 1	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 313 10 7 51 0,6 3 1	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 180 5 4 32 1,0 1 2	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 242 4 14 25 0,1 9 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 236 5 10 30 0,3 5 4
<b>V</b>	Tejbedara (2-1) Kakaószórat Alma  <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1)	Párizsi csirkemell (1-3) Kukoricás rizs  <u>Allergének</u> GLUTÉN (1) TOJÁS (3)	Bolognai spagetti- sajttal (1-2-3-4-8-10)  <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3)	Zöldborsós sertesragu (2-3-4-8) Petrezselymes burgonya Vegy.vág.savanyú *  <u>Allergének</u> TEJ (2) SZÓJA (8) TOJÁS (3) ZELLER (4)	Bácskai rizseshús (2-3-4-8) Vegy.vág.savanyú *  <u>Allergének</u> TEJ (2) SZÓJA (8) TOJÁS (3) ZELLER (4)	  <u>Allergének</u>  <u>Allergének</u>
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 371 11 5 69 0,3 3 25	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 727 28 38 68 0,5 3 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 540 29 21 56 0,6 7 1	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 449 23 16 50 0,9 3 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 527 22 21 61 0,8 4 1	

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket !

\* T.Zs = Telített zsírsav A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk Diétás étkeztetést vállalunk !

\* jelölt étel édesítőt tartalmaz **Élelmezésvezető:**..... **Dietetikus:**..... **Intézményvezető:**.....