



HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

T	<p><b>Fitness buci(1-2-3)</b> Kal:239 F: 6g Zs: 4g Szh:47g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g</p> <p><b>Tej(2)</b> Kal: 88 F: 6g Zs: 3g Szh: 9g So:0,2g Tzs:1,8g C:0,9g</p>	<p><b>Lekvárosbukta(1-2-3)</b> Kal:230 F: 8g Zs: 1g Szh:50g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g</p> <p><b>Kakaó(1-2-3-4)</b> Kal: 85 F: 5g Zs: 2g Szh:11g So:0,2g Tzs:1,4g C:4,8g</p>	<p><b>Zsemle vizes(1)</b> Kal:128 F: 3g Zs: 1g Szh:28g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g</p> <p><b>Párizsi - sertés(8)</b> Kal: 69 F: 3g Zs: 6g Szh: 1g So:0,6g Tzs:2,5g C:0,0g</p> <p><b>Delma - joghurtos(2)</b> Kal: 27 F: 0g Zs: 3g Szh: 0g So:0,1g Tzs:0,9g C:0,0g</p> <p><b>Tea gyümölcsös</b> Kal: 43 F: 0g Zs: 0g Szh:10g So:0,0g Tzs:0,0g C: 10g</p> <p><b>Retek</b> Kal: 4 F: 0g Zs: 0g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g</p>	<p><b>Kifli-vajas(1-2)</b> Kal:128 F: 4g Zs: 1g Szh:28g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g</p> <p><b>Gyümölcs joghurt(2)</b> Kal:121 F: 5g Zs: 3g Szh:18g So:0,2g Tzs:2,1g C: 13g</p>
	g	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 327 12 7 56 0,2 2 1,0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 315 13 3 61 0,2 1 4,8	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 271 6 10 40 0,7 3 10
E	<p><b>Tavaszi zöldséglevés(1-4-10-2-3-8)</b> Kal: 86 F: 2g Zs: 3g Szh:12g So:0,4g Tzs:0,4g C:0,2g</p> <p><b>Paprikás burgonya</b> Kal:326 F: 6g Zs:14g Szh:44g So:0,3g Tzs:1,6g C:0,3g</p> <p><b>Csemege uborka</b> Kal: 6 F: 1g Zs: 0g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g</p> <p><b>Kenyér - főzelékhez(1)</b> Kal:129 F: 5g Zs: 2g Szh:25g So:0,5g Tzs:0,0g C:0,0g</p>	<p><b>Daragaluskaleves zöldséges(1-3-4-10)</b> Kal: 57 F: 2g Zs: 2g Szh: 8g So:0,2g Tzs:0,0g C:0,0g</p> <p><b>Sertéspörkölt(2-3-4-8)</b> Kal:227 F:16g Zs:16g Szh: 5g So:0,5g Tzs:3,3g C:0,2g</p> <p><b>Tarhonyaköret(1)</b> Kal:328 F: 8g Zs:10g Szh:50g So:0,2g Tzs:1,4g C:1,4g</p> <p><b>Őszibarack befőtt</b> Kal: 37 F: 0g Zs: 0g Szh: 9g So:0,1g Tzs:0,0g C:7,8g</p>	<p><b>Köményes rántottleves(1-4-10)</b> Kal:169 F: 2g Zs: 11g Szh:14g So:0,2g Tzs:1,4g C:0,2g</p> <p><b>Hentestokany csirkehusbol(1)</b> Kal:207 F:16g Zs:13g Szh: 5g So:0,5g Tzs:3,6g C:0,5g</p> <p><b>Zöldséges kuskusz(1)</b> Kal:212 F: 8g Zs: 4g Szh:34g So:0,5g Tzs:0,5g C:0,0g</p>	<p><b>Gyümölcsleves(2)</b> Kal:140 F: 1g Zs: 5g Szh:23g So:0,2g Tzs:2,2g C: 15g</p> <p><b>Rántott sajt - eka(1-2-3)</b> Kal:346 F:22g Zs:27g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,6g C:0,0g</p> <p><b>Párolt rizs</b> Kal:359 F: 6g Zs:10g Szh:61g So:0,2g Tzs:1,1g C:0,4g</p> <p><b>Tartármártás(11-10)</b> Kal:168 F: 1g Zs:17g Szh: 3g So:0,2g Tzs:3,4g C:1,7g</p>
	g	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 547 14 19 81 1,2 2 0,5	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 648 26 27 72 1,0 5 9,4	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 587 27 28 53 1,2 5 0,7
U	<p><b>Kenyér tk.(1-2-8)</b> Kal:150 F: 5g Zs: 1g Szh:32g So:0,8g Tzs:0,1g C:2,1g</p> <p><b>Delma - joghurtos(2)</b> Kal: 27 F: 0g Zs: 3g Szh: 0g So:0,1g Tzs:0,9g C:0,0g</p> <p><b>Uborka friss</b> Kal: 3 F: 0g Zs: 0g Szh: 0g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g</p>	<p><b>Kifli - korpás(1-2)</b> Kal:151 F: 5g Zs: 0g Szh:31g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g</p> <p><b>Túrórudi(2-7-8-9)</b> Kal:106 F: 3g Zs: 5g Szh:12g So:0,0g Tzs:4,3g C: 11g</p>	<p><b>Kenyér tk.(1-2-8)</b> Kal:150 F: 5g Zs: 1g Szh:32g So:0,8g Tzs:0,1g C:2,1g</p> <p><b>Hella margarin(2)</b> Kal: 99 F: 0g Zs: 11g Szh: 0g So:0,0g Tzs:3,7g C:0,0g</p> <p><b>Paprika tv</b> Kal: 5 F: 0g Zs: 0g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g</p>	<p><b>Mesefitt-keksz(1-3-7-9)</b> Kal:236 F: 5g Zs:10g Szh:30g So:0,3g Tzs:4,6g C:3,6g</p>
	g	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 180 5 4 32 1,0 1 2,1	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 257 8 6 43 0,0 4 11	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 254 5 12 32 0,9 4 2,1

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket !

\* T.Zs = Telített zsírsav A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk ! \* jelölt étel édesítőt tartalmaz

Glutén (1) ; Tej (2) ; Tojás (3) Zeller (4) Szezám (5) Hal (6) Mogoró (7) Búz (8) Dióféle (9) ; Mustár (10) ; SO2-Szulfid (11) ; Rákféle (12) ; Csillagfűrt (13) ; Puhatestűek (14)

Élelmezésvezető:..... Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk ! .....