



Étlap

2021. szeptember 13 - 2021. szeptember 17

Felső A

Dátum	Tízórai	Ebéd	Uzsonna
2021.09.13 Hétfő	Kígyóuborka, Baromfi párizsi, Telj. kiörlésű kenyér, Margarin-poharas E: 357,05kcal, Zsír: 19,80g, Tel.zsír.: 0,00g, Feh.: 11,23g, CH: 32,86g, Cuk: 0,00g, Só: 2,22g, Ca: 27,60mg	Daragaluska leves, Fejtett babfőzelék, Félbarna kenyér, Sertés aprópecsenye E: 823,36kcal, Zsír: 23,82g, Tel.zsír.: 2,62g, Feh.: 42,14g, CH: 107,73g, Cuk: 0,00g, Só: 2,75g, Ca: 136,54mg	Kocka sajt, Stangli E: 416,00kcal, Zsír: 3,40g, Tel.zsír.: 1,05g, Feh.: 11,38g, CH: 57,85g, Cuk: 0,00g, Só: 0,14g, Ca: 105,52mg
	Allergének: Glutén,Tej,Tojás	Allergének: Glutén,Tojás,Zeller,Tej	Allergének: Tej,Glutén
2021.09.14 Kedd	Zöldséges szelet, Margarin-poharas, Forma kenyér, Zöldpaprika E: 347,95kcal, Zsír: 18,48g, Tel.zsír.: 2,20g, Feh.: 10,81g, CH: 34,55g, Cuk: 0,00g, Só: 2,14g, Ca: 27,85mg	Tejfölös burgonyaleves, Debreceni sertés tokány, Párolt rizs, Savanyúság E: 981,19kcal, Zsír: 48,02g, Tel.zsír.: 7,50g, Feh.: 34,21g, CH: 100,18g, Cuk: 0,00g, Só: 5,20g, Ca: 97,46mg	Gyümölcsös ivójoghurt, Stangli, korpás E: 230,50kcal, Zsír: 3,28g, Tel.zsír.: 1,56g, Feh.: 7,13g, CH: 30,77g, Cuk: 6,50g, Só: 0,24g, Ca: 111,09mg
	Allergének: Glutén,Tej,Tojás	Allergének: Glutén,Tej,Szója,Mustár	Allergének: Tej,Glutén
2021.09.15 Szerda	Puffancs, Margarin-poharas E: 446,55kcal, Zsír: 20,52g, Tel.zsír.: 3,48g, Feh.: 10,29g, CH: 54,92g, Cuk: 4,00g, Só: 1,21g, Ca: 25,90mg	Zöldborsóleves, pirított dara, Meggy mártás, Főtt sertéscsík* E: 717,05kcal, Zsír: 29,15g, Tel.zsír.: 2,24g, Feh.: 30,39g, CH: 80,15g, Cuk: 17,98g, Só: 3,05g, Ca: 110,99mg	Toast sonka, Margarin-poharas, Rozsos kenyér, Kígyóuborka E: 386,29kcal, Zsír: 20,67g, Tel.zsír.: 2,94g, Feh.: 11,75g, CH: 38,20g, Cuk: 0,00g, Só: 2,01g, Ca: 38,02mg
	Allergének: Glutén,Tej,Tojás	Allergének: Glutén,Tojás,Zeller,Tej	Allergének: Glutén
2021.09.16 Csütörtök	Olasz felvágott, Margarin-poharas, Zsemle, korpás, Retek E: 373,19kcal, Zsír: 21,50g, Tel.zsír.: 4,67g, Feh.: 11,24g, CH: 25,64g, Cuk: 0,00g, Só: 2,51g, Ca: 26,74mg	Almaleves*, Lecsós csirkemáj, Tarhonya köret, Savanyúság E: 844,16kcal, Zsír: 37,03g, Tel.zsír.: 3,44g, Feh.: 32,06g, CH: 92,17g, Cuk: 21,18g, Só: 3,07g, Ca: 92,62mg	Ökörszem E: 520,00kcal, Zsír: 6,00g, Tel.zsír.: 0,00g, Feh.: 12,00g, CH: 70,00g, Cuk: 0,00g, Só: 0,05g, Ca: 85,00mg
	Allergének: Glutén,Tej,Tojás	Allergének: Tej,Glutén,Tojás,Mustár	Allergének: Glutén,Tej,Tojás
2021.09.17 Péntek	Kenőmájás, Telj. kiörlésű kenyér, Zöldpaprika E: 293,40kcal, Zsír: 11,71g, Tel.zsír.: 5,06g, Feh.: 12,96g, CH: 33,72g, Cuk: 0,00g, Só: 2,32g, Ca: 22,00mg	Palóc leves (sertés), Túrós csusza, Félbarna kenyér, Tejföl öntet, Gyümölcs E: 979,38kcal, Zsír: 32,29g, Tel.zsír.: 10,49g, Feh.: 43,01g, CH: 125,89g, Cuk: 0,00g, Só: 1,18g, Ca: 258,91mg	Forma kenyér, Méz, Margarin-poharas E: 330,15kcal, Zsír: 12,48g, Tel.zsír.: 0,00g, Feh.: 6,16g, CH: 48,30g, Cuk: 0,00g, Só: 1,40g, Ca: 20,00mg
	Allergének: Glutén,Tej,Tojás	Allergének: Glutén,Tej	Allergének: Glutén,Tej,Tojás

A változás jogát fenntartjuk!



Étlap

2021. szeptember 13 - 2021. szeptember 17

Felső B

Dátum	Ebéd
2021.09.13 Hétfő	<p style="text-align: center;">Daragaluska leves, Főtt sertés szelet, Főtt burgonya 1/2, Torma mártás</p> <p style="text-align: center;">E: 627,42kcal, Zsír: 21,66g, Tel.zsír.: 1,59g, Feh.: 28,42g, CH: 77,61g, Cuk: 17,98g, Só: 3,93g, Ca: 70,52mg</p> <p>Allergének:Glutén,Tojás,Zeller,Kén-dioxid,Tej</p>
2021.09.14 Kedd	<p style="text-align: center;">Tejfölös burgonyaleves, Cukkinis, sonkás tészta*</p> <p style="text-align: center;">E: 723,55kcal, Zsír: 24,57g, Tel.zsír.: 3,59g, Feh.: 25,76g, CH: 98,37g, Cuk: 0,00g, Só: 3,34g, Ca: 91,03mg</p> <p>Allergének:Glutén,Tej,Szója</p>
2021.09.15 Szerda	<p style="text-align: center;">Zöldborsóleves, Sült csirkecomb, Vajas tört burgonya, Savanyúság</p> <p style="text-align: center;">E: 845,66kcal, Zsír: 61,44g, Tel.zsír.: 4,00g, Feh.: 63,66g, CH: 56,51g, Cuk: 0,00g, Só: 1,99g, Ca: 136,83mg</p> <p>Allergének:Glutén,Tojás,Zeller,Mustár</p>
2021.09.16 Csütörtök	<p style="text-align: center;">Almaleves*, Csabai karaj, Burgonyapüré, Savanyúság</p> <p style="text-align: center;">E: 821,05kcal, Zsír: 37,80g, Tel.zsír.: 3,91g, Feh.: 34,82g, CH: 82,47g, Cuk: 21,18g, Só: 3,57g, Ca: 148,32mg</p> <p>Allergének:Tej,Mustár</p>
2021.09.17 Péntek	<p style="text-align: center;">Palóc leves (sertés), Mákos metélt tészta, Félbarna kenyér, Gyümölcs</p> <p style="text-align: center;">E: 966,63kcal, Zsír: 27,18g, Tel.zsír.: 4,40g, Feh.: 35,47g, CH: 142,55g, Cuk: 10,00g, Só: 0,98g, Ca: 314,41mg</p> <p>Allergének:Glutén,Tej</p>

A változás jogát fenntartjuk!