

2018.11.05. - 2018.11.09.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Párizsis szendvics Főtt tojás karika Uborka</p> <p>Energia: 346,11 Kcal / 1 446,74 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 18,58 g 15,73 g 6,94 g Szénhidrát Cukor Só 32,15 g 0,00 g 2,34 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7,(6),(10)</p>	<p>Tej poharas Margarin delma light Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p>Energia: 317,04 Kcal / 1 325,23 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 13,89 g 8,90 g 3,01 g Szénhidrát Cukor Só 44,95 g 0,00 g 1,22 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7</p>	<p>Tej poharas Brios</p> <p>Energia: 234,07 Kcal / 978,41 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 10,41 g 6,22 g 2,95 g Szénhidrát Cukor Só 33,84 g 5,54 g 0,59 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7</p>	<p>Tojáspástétom Félbarna kenyér Retek</p> <p>Energia: 288,34 Kcal / 1 205,26 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 10,29 g 10,27 g 2,52 g Szénhidrát Cukor Só 38,35 g 0,00 g 1,77 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,10,(6),(7),(12)</p>	<p>Kakaó poharas Főtt virsli Félbarna kenyér Mustár</p> <p>Energia: 489,10 Kcal / 2 044,44 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 23,18 g 16,34 g 5,90 g Szénhidrát Cukor Só 61,75 g 12,20 g 3,57 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7,10,(6),(12)</p>
Ebéd	<p>Alföldi cs.májgal. Leves Túrós csusza tepertővel Alma</p> <p>Energia: 706,11 Kcal / 2 951,54 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 38,11 g 23,56 g 6,93 g Szénhidrát Cukor Só 83,98 g 0,03 g 2,55 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7,9,(6),(12)</p>	<p>Zöldségleves Dubarry szelet Petrezselymes burgonya</p> <p>Energia: 884,15 Kcal / 3 695,75 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 41,33 g 38,58 g 10,46 g Szénhidrát Cukor Só 91,00 g 0,03 g 3,08 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7,9,(6),(12)</p>	<p>Parasztleves Sült csirke comb Finomfőzelék Rozskenyér Narancs</p> <p>Energia: 806,57 Kcal / 3 371,46 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 43,67 g 24,05 g 4,92 g Szénhidrát Cukor Só 101,94 g 18,13 g 3,39 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7,9,(6),(10),(11),(12)</p>	<p>Raguleves Kakaós csiga Körte</p> <p>Energia: 922,33 Kcal / 3 855,34 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 32,15 g 32,57 g 6,87 g Szénhidrát Cukor Só 124,07 g 26,50 g 2,18 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,6,7,9,(12)</p>	<p>"Márton-napi" liba leves Ludaskása Alma</p> <p>Energia: 809,67 Kcal / 3 384,42 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 40,86 g 32,14 g 8,09 g Szénhidrát Cukor Só 87,76 g 0,03 g 2,49 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,9,(6),(7),(12)</p>
Uzsonna	<p>Joghurt natúr Teljes kiőrlésű kifli</p> <p>Energia: 183,03 Kcal / 765,07 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 11,00 g 0,94 g 0,23 g Szénhidrát Cukor Só 31,94 g 0,00 g 1,06 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1</p>	<p>Vajkrém natúr Félbarna kenyér Kiwi</p> <p>Energia: 303,68 Kcal / 1 269,38 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 8,22 g 8,78 g 0,00 g Szénhidrát Cukor Só 46,73 g 0,00 g 1,51 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,(6),(7)</p>	<p>Vagdalthúskrém Félbarna kenyér Paradicsom</p> <p>Energia: 277,32 Kcal / 1 159,20 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 9,11 g 8,89 g 1,35 g Szénhidrát Cukor Só 39,56 g 0,00 g 1,48 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,(6),(7)</p>	<p>Kefír Teljes kiőrlésű kifli</p> <p>Energia: 192,14 Kcal / 803,15 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 12,14 g 0,97 g 0,18 g Szénhidrát Cukor Só 33,48 g 0,00 g 1,16 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7</p>	<p>Margarin delma light Korpás zsemle Uborka</p> <p>Energia: 165,28 Kcal / 690,87 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 5,85 g 4,50 g 1,07 g Szénhidrát Cukor Só 25,15 g 0,00 g 0,78 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,(7)</p>

Az étlapváltoztatás jogát a nyersanyag beszerzésétől függően fenntartjuk!
Diétás étkeztetést biztosítunk!

Kiss Ágnes s.k. **Nagy Mária** s.k. **Soltész Andrásné** s.k.
Élelmiszevezető Szakács Dietetikus