

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
tízórai	tej-2 kenyér lángos-1,3,4	gyümölcs tea-0 bundás kenyér-1,3	tej-2 parizerkrém-0,uborka0 barna kenyér-1	alma tea-0 natúr vajkrém-2,lila hagyma0,barna kenyér1	tej-2 gabona golyó-1,2
sótart	1,01g	0,6g	0,08g	0,04g	0,03g
energia	222,8kcal	104,24kcal	91,85kcal	51,65kcal	82,6kcal
fehérje/állati	10,7/5,1g	3,62/3,15g	5,79/5,1g	2,21/1,65g	5,26/5,1g
zsír/telített	7,5/2,25g	8,55/0g	2,99/0,11g	3,07/0g	2,36/0,03g
szénh/cukor	27,55/0,85g	3,01/1g	10,38/0g	3,5/1g	9,95/0,87g
ebéd	karalábé leves-1,3,4	pirított tészta leves-1,3,4	húsgombóc leves-1,3,4	kelbimbó leves-1,3,4	erdei gyümölcs leves-1,3,4
	csirke zúza-mája pörkölt tarhonyával1,2,3,4 cékla-0 korpás kenyér-1	rakott karfiol-1,2,	burgonyás tészta-1,3 csalamádé-0	natúr vagdalt-1,3, paradicsomos káposzta-1,4 rozskenyér-1	sült csirkecomb-1 burgonya püré-1
sótart	0,16g	0,55g	0,57g	1,07g	0,92g
energia	171,38kcal	62,24kcal	45,09kcal	75,92kcal	48,57kcal
fehérje/állati	10,02/4,85g	2,3/0,14g	2,08/0,63g	3,47/0,63g	2,23/1,79g
zsír/telített	3,58/0,17g	1,1/0,51g	1,33/0,09g	2,66/0,06g	2,08/0,16g
szénh/cukor	23,38/0,21g	10,4/1,29g	6,21/0,19g	8,47/0,66g	5,3/1,91g
uzsonna	soproni felvágott-0 margarin0,paprika0 korpás kenyér-1	habos puding-0 szilva-0 rozskenyér-1	zöldséges felvágott0 margarin-0,paprika0 korpás kenyér-1	tarka joghurt-2 rozskenyér-1	kandallós csemege 1,2,3,8,10 alma-0
sótart	0,13g	0,1g	0,14g	0,13g	0,02g
energia	21,24kcal	115,11kcal	19,53kcal	81,15kcal	62,04kcal
fehérje/állati	0,64/0g	1,8/1,47g	0,75/0g	3,5/3g	0,72/0g
zsír/telített	0,94/0,29g	2,47/1,6g	0,94/0,25g	1,37/0,8g	1,13/0,07g
szénh/cukor	1,93/0,06g	20,24/13g	1,93/0,02g	13,38/10,6g	11,64/0,58g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

allergének:	1-glutén	2-tej	3-tojás	4-zeller
	5-mogyoró	6-hal	7-dióféle	8-mustár
é.v.	9-szezámmag	10-szója		
	Répási Erika			