

2020.11.16. - 2020.11.20.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Tízórai</b>	<p><b>Sajtkrém medvehagymás Félbarna kenyér</b></p> <p>Energia: 207,60 Kcal / 867,77 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsvav 10,06 g 2,30 g 0,00 g Szénhidrát Cukor Só 37,41 g 0,00 g 1,40 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,(6),(7)</p>	<p><b>Liga vénuusz margarin Főtt tojás karika Félbarna kenyér Retek</b></p> <p>Energia: 348,45 Kcal / 1 456,52 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsvav 10,20 g 17,15 g 4,42 g Szénhidrát Cukor Só 37,91 g 0,00 g 1,74 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,(6),(7)</p>	<p><b>Kakaó poharas Teljes kiörlésű kifli</b></p> <p>Energia: 254,84 Kcal / 1 065,23 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsvav 12,34 g 1,77 g 0,61 g Szénhidrát Cukor Só 47,08 g 12,20 g 0,79 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7</p>	<p><b>Tojáspástétom Félbarna kenyér Alma</b></p> <p>Energia: 315,85 Kcal / 1 320,25 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsvav 10,09 g 10,62 g 2,52 g Szénhidrát Cukor Só 44,25 g 0,00 g 1,71 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,10,(6),(7),(12)</p>	<p><b>Tej poharas Sült kolbász Teljes kiörlésű kenyér</b></p> <p>Energia: 496,37 Kcal / 2 074,83 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsvav 24,69 g 24,52 g 8,26 g Szénhidrát Cukor Só 43,63 g 0,00 g 2,79 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7,(6)</p>
<b>Ebéd</b>	<p><b>Tavaszi leves Bolognai spagetti Körte</b></p> <p>Energia: 773,44 Kcal / 3 232,98 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsvav 37,14 g 26,98 g 8,06 g Szénhidrát Cukor Só 94,29 g 3,11 g 3,79 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7,9,(6),(12)</p>	<p><b>Reszeltészta leves Marhapörkölt Sárgaborsó főzelék Teljes kiörlésű kenyér</b></p> <p>Energia: 768,37 Kcal / 3 211,79 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsvav 39,08 g 36,38 g 8,99 g Szénhidrát Cukor Só 84,50 g 0,03 g 2,99 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,9,(6),(7),(12)</p>	<p><b>Kertészleves Bakonyi st.szelet Párolt bulgur Körte</b></p> <p>Energia: 753,12 Kcal / 3 148,04 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsvav 35,38 g 29,72 g 5,95 g Szénhidrát Cukor Só 89,09 g 0,03 g 2,61 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7,9,(6),(12)</p>	<p><b>Orja leves Rakott káposzta Rozskenyér</b></p> <p>Energia: 633,65 Kcal / 2 648,66 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsvav 29,07 g 22,79 g 5,82 g Szénhidrát Cukor Só 77,02 g 0,03 g 2,78 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,6,7,9,(12)</p>	<p><b>Kassai burg.leves Almás lepény</b></p> <p>Energia: 709,39 Kcal / 2 965,25 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsvav 25,39 g 22,86 g 7,40 g Szénhidrát Cukor Só 98,86 g 16,98 g 1,92 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,6,7,9</p>
<b>Uzsonna</b>	<p><b>Csirkemell sonka Trapista sajt szeletelt Zsemle foci Zöldpaprika</b></p> <p>Energia: 283,71 Kcal / 1 185,91 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsvav 20,10 g 6,71 g 3,78 g Szénhidrát Cukor Só 35,40 g 0,00 g 2,26 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7,(6)</p>	<p><b>Tej poharas Búzakorpás diakrúd Alma</b></p> <p>Energia: 257,88 Kcal / 1 077,94 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsvav 12,54 g 4,17 g 1,70 g Szénhidrát Cukor Só 41,88 g 0,00 g 0,84 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7</p>	<p><b>Melirozott krém Félbarna kenyér</b></p> <p>Energia: 247,63 Kcal / 1 035,09 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsvav 5,95 g 7,60 g 1,90 g Szénhidrát Cukor Só 38,55 g 6,23 g 1,30 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,(6),(7),(12)</p>	<p><b>Tej poharas Májkrém Teljes kiörlésű kenyér Uborka</b></p> <p>Energia: 339,70 Kcal / 1 419,95 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsvav 15,36 g 10,85 g 3,76 g Szénhidrát Cukor Só 44,73 g 0,00 g 1,26 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7,(6),(10)</p>	<p><b>Kifli Macko kockasajt</b></p> <p>Energia: 195,52 Kcal / 817,27 KJ Fehérje Zsír T.Zsírsvav 8,32 g 6,56 g 3,72 g Szénhidrát Cukor Só 25,58 g 0,00 g 0,70 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7</p>

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

**Szabó Lajosné** s.k.      **Nagy Mária** s.k.      **Soltész Andrásné** s.k.  
Élelmiszevezető      Szakács      Dietetikus