

HÉTFŐ

Tízórai

Kakaó [7]
Kalács [1,3,7]

Fehé.: 14.1g	Zsír: 9.5g	T.Zs.: 4.4g
Szén.: 59.6g	Cukor: 14.6g	Só: 0.9g
Ener.: 382.2kcal		

Ebéd

Zsenge Zöldborsóleves [1,9]
Édes-Savanyú Csirkemell ragú [1,6]
Jázmin rizzsel

Fehé.: 19.7g	Zsír: 17.8g	T.Zs.: 2.1g
Szén.: 72.9g	Cukor: 1.0g	Só: 1.5g
Ener.: 533.3kcal		

Uzsonna

Sertés párizsis
Zsemle [1]
Margarinnal [(7)]
Kígyóborkával

Fehé.: 7.3g	Zsír: 6.0g	T.Zs.: 2.6g
Szén.: 28.9g	Cukor: 0.1g	Só: 0.6g
Ener.: 198.9kcal		

KEDD

Tízórai

Narancs ízű limonádé
Csirkemellsonkás
Teljes kiőrlésű zsemle [1]
Margarinnal [(7)]
Paradicsommal

Fehé.: 3.7g	Zsír: 2.6g	T.Zs.: 1.1g
Szén.: 8.4g	Cukor: 6.1g	Só: 0.5g
Ener.: 71.4kcal		

Ebéd

Fokhagymakrémléves [1,7]
Zöldfűszeres pirított zsemle kockával [1,9]
Bolognai [9,(1,3,6,7,12)]
spagetti [1,3]
Reszelt trapista sajttal [7]

Fehé.: 26.4g	Zsír: 33.6g	T.Zs.: 10.6g
Szén.: 58.4g	Cukor: 2.1g	Só: 1.9g
Ener.: 649.0kcal		

Uzsonna

Helyben sült kajszibarackos háromszög [4,5,13]

Fehé.: 3.8g	Zsír: 18.3g	T.Zs.: 4.9g
Szén.: 40.0g	Cukor: 20.9g	Só: 0.7g
Ener.: 341.2kcal		

SZERDA

Tízórai

Tehéntej 1,5% [7]
Tonhalkrémes [3,4,7,10]
Rozskenyér [1]

Fehé.: 13.7g	Zsír: 12.9g	T.Zs.: 9.6g
Szén.: 41.3g	Cukor: 0.4g	Só: 1.0g
Ener.: 337.0kcal		

Ebéd

Magyaros kelvirágles [1,9]
Kiskagyló tésztával [1,3]
Brassói sertés Aprópecsenye [1]
Pirított kockaburgonyával
Céklasalátával [15,(12)]

Fehé.: 18.3g	Zsír: 33.8g	T.Zs.: 8.5g
Szén.: 66.6g	Cukor: 9.0g	Só: 1.8g
Ener.: 633.0kcal		

Uzsonna

Teljes kiőrlésű kenyér [1]
Trapista sajt szelettel [7]
Margarinnal [(7)]
Paprikával

Fehé.: 14.1g	Zsír: 11.2g	T.Zs.: 6.3g
Szén.: 29.2g	Cukor: 0.5g	Só: 0.9g
Ener.: 274.8kcal		

CSÜTÖRTÖK

Tízórai

Málna ízű limonádé
Padlizsánkrémes [3,7,10,(1,12)]
Rozskenyér [1]
Paradicsommal

Fehé.: 7.0g	Zsír: 10.8g	T.Zs.: 8.4g
Szén.: 38.5g	Cukor: 6.4g	Só: 1.2g
Ener.: 280.6kcal		

Ebéd

Gulyásleves
Házi reszelt tésztával [1,3]
Palacsinta
Csokoládé öntettel [7,15]
Alma

Fehé.: 20.6g	Zsír: 25.2g	T.Zs.: 5.5g
Szén.: 73.5g	Cukor: 13.8g	Só: 0.9g
Ener.: 612.7kcal		

Uzsonna

Májkrémes
Teljes kiőrlésű kenyér [1]
Kígyóborkával

Fehé.: 8.0g	Zsír: 6.2g	T.Zs.: 2.4g
Szén.: 33.5g	Cukor: 0.2g	Só: 0.4g
Ener.: 203.2kcal		

PÉNTEK

Tízórai

Meggyes tea
Korpás zsemle [1]
Főtt tojáskarikával [3]
Margarinnal [(7)]
Kígyóborkával

Fehé.: 10.5g	Zsír: 7.3g	T.Zs.: 2.7g
Szén.: 44.2g	Cukor: 15.2g	Só: 0.8g
Ener.: 299.7kcal		

Ebéd

Hamis húsleves [9,(1)]
Finom metélttel [1,3]
Gőzölt sertéskaraj [(1,10)]
Vadasmártás [1,7,9,10,(12)]
Szalvétagombóc [1,3,7]

Fehé.: 14.7g	Zsír: 12.2g	T.Zs.: 2.7g
Szén.: 25.7g	Cukor: 8.4g	Só: 1.7g
Ener.: 272.1kcal		

Uzsonna

Almás táska

Fehé.: 5.2g	Zsír: 13.5g	T.Zs.: 6.0g
Szén.: 42.9g	Cukor: 14.8g	Só: 0.5g
Ener.: 316.8kcal		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változtatásokról az érintett intézményeket értesítjük. Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

1 - glutén	2 - rák	3 - tojás	4 - hal	5 - földimogyoró
6 - szója	7 - tejtermék, laktóz	8 - diófélék	9 - zeller	10 - mustár
11 - szeszám	12 - kén-dioxid - szulfid	13 - csillagfürt	14 - puhatestűek	15 - mesterséges édesítőszer

16 - édesgyökér