

2017.02.06-2017.02.10

06 hét.

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea Kenőmájas Jégcsapretek Félbarna kenyér Allergén:glutén mustár szója EN:365 SZH:43.5 SÓ:1.7 ZSÍR:14.4 FE:14.5.	Tejeskávé Lekváros táska Allergén:glutén tej tojás EN:409 SZH:69.7 SÓ:1.2 ZSÍR:7.4 FE:15.0.	Citromos tea Zöldfűszeres túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér Allergén:glutén tej EN:219 SZH:35.5 SÓ:0.8 ZSÍR:3.4 FE:11.1.	Tej Zabpehely Allergén:glutén tej EN:267 SZH:40.7 SÓ:0.3 ZSÍR:5.6 FE:13.3.	Gyümölcsstea Olasz felvágott Szelet sajt Magos zsemle Allergén:glutén szeszammag szója tej tojás EN:446 SZH:46.6 SÓ:3.1 ZSÍR:20.5 FE:17.7.
Ebéd leves	Zöldbableves Allergén:glutén zeller EN:98 SZH:10.9 SÓ:0.1 ZSÍR:4.7 FE:2.5.	Zöldborsókrémleves Allergén:glutén tej zeller EN:144 SZH:17.1 SÓ:0.5 ZSÍR:5.8 FE:5.4.	Csontleves Allergén:glutén tojás zeller EN:87 SZH:12.3 SÓ:0.6 ZSÍR:2.3 FE:4.0.	Erdei gyümölcsleves Allergén:glutén tej EN:125 SZH:20.6 SÓ:0.3 ZSÍR:3.3 FE:2.2.	Palóclevés Allergén:glutén tej EN:285 SZH:17.6 SÓ:0.5 ZSÍR:18.3 FE:11.9.
Ebéd A menü	Kapros tökfőzelék Sült sertésapró Gyümölcs Allergén:glutén tej EN:415 SZH:29.5 SÓ:0.4 ZSÍR:25.7 FE:15.5.	Rántott hal Spenótos szósz Tészta köret Allergén:glutén halak tej tojás EN:582 SZH:68.5 SÓ:1.2 ZSÍR:21.5 FE:27.9.	Búbos hús Rizi bizi Savanyúság Allergén:glutén kén-dioxid tojás EN:344 SZH:41.4 SÓ:0.9 ZSÍR:8.3 FE:25.4.	Gyros Steak burgonya Zöldsaláta Kapros öntet Allergén:mustár tej zeller EN:623 SZH:45.9 SÓ:1.5 ZSÍR:38.0 FE:23.1.	Mákos tészta Gyümölcs Allergén:glutén tojás EN:524 SZH:78.5 SÓ:0.6 ZSÍR:16.1 FE:15.4.
Ebéd B menü	Rakott káposzta Gyümölcs Allergén:glutén tej EN:421 SZH:32.3 SÓ:0.7 ZSÍR:25.4 FE:15.0.	Csirkemáj rizottó Savanyúság Allergén:kén-dioxid tej EN:463 SZH:55.2 SÓ:1.0 ZSÍR:14.0 FE:28.4.	Rántott csirkecomb filé Pizzaszószosz spagetti Allergén:glutén tej tojás EN:737 SZH:71.2 SÓ:2.5 ZSÍR:29.8 FE:44.8.		Morzsás nudli Tejföl Gyümölcs Allergén:glutén tej tojás EN:613 SZH:110.4 SÓ:0.9 ZSÍR:11.1 FE:16.3.
Uzsonna	Löncs felvágott Zsemle Zöldség Allergén:glutén szója EN:314 SZH:43.9 SÓ:1.6 ZSÍR:9.4 FE:12.9.	Sajtos párizsi Zöldség Kenyér Allergén:glutén szója tej EN:260 SZH:36.7 SÓ:1.7 ZSÍR:7.4 FE:11.6.	Vajas - mézes kenyér Gyümölcs Allergén:glutén tej EN:85 SZH:7.8 SÓ:0.2 ZSÍR:3.7 FE:4.9.	Almás sajtkrém Korpás zsemle Allergén:glutén tej EN:287 SZH:47.4 SÓ:1.3 ZSÍR:5.0 FE:11.6.	Vajas kenyér Túró rudi Allergén:glutén szója tej EN:345 SZH:43.2 SÓ:0.9 ZSÍR:14.6 FE:10.1.

Beszerzéstől függően az étlap változhat.

Élelmezésvezető

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata (EN:energia, kcal/adag;SZH:szénhidrát, g/adag; SÓ:sótartalom,g/adag;ZSÍR:zsírtartalom,g/adag)

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea Búzacsírás tepertőkrém póré hagyma Félbarna kenyér Allergén:glutén mustár EN:393 SZH:49.6 SÓ:1.6 ZSÍR:16.1 FE:11.3.	Tejbegríz Kakaós szórat Allergén:glutén tej EN:331 SZH:63.1 SÓ:0.5 ZSÍR:4.0 FE:10.5.	Gyümölcsstea Zala felvágott Zöldség Teljes kiőrlésű kenyér Allergén:glutén EN:280 SZH:35.7 SÓ:1.4 ZSÍR:9.6 FE:12.1.	Kakaó Margarin Lekvár Kuglóf Allergén:glutén kén-dioxid tej tojás EN:485 SZH:78.3 SÓ:0.5 ZSÍR:12.0 FE:15.4.	Citromos tea Natúr sajtkrém Fekete retek Zsemle Allergén:glutén tej EN:295 SZH:53.3 SÓ:1.3 ZSÍR:4.6 FE:9.4.
Ebéd leves	Frankfurti leves Allergén:glutén mustár szója tej EN:249 SZH:14.5 SÓ:0.6 ZSÍR:16.6 FE:10.0.	Lebbencsleves Allergén:glutén tojás EN:151 SZH:22.3 SÓ:0.3 ZSÍR:5.0 FE:3.6.	BrokkolikréMLEVES Levesgyöngy Allergén:glutén tej tojás EN:170 SZH:15.9 SÓ:0.6 ZSÍR:10.0 FE:3.4.	Daragaluska leves Allergén:glutén tojás zeller EN:124 SZH:16.3 SÓ:0.5 ZSÍR:4.9 FE:3.2.	Gulyásleves Allergén:glutén tojás zeller EN:312 SZH:21.8 SÓ:0.3 ZSÍR:18.8 FE:12.9.
Ebéd A menü	Húsgombóc Kapormártás Főtt burgonya Allergén:glutén tej tojás EN:613 SZH:75.8 SÓ:1.2 ZSÍR:24.4 FE:20.8.	Zöldborsófőzelék Főtt virsli Gyümölcs Allergén:glutén szója tej EN:532 SZH:44.8 SÓ:1.0 ZSÍR:26.0 FE:28.7.	Lucskos káposzta Allergén:glutén tej EN:269 SZH:22.1 SÓ:0.8 ZSÍR:17.1 FE:5.9.	Fűszeres pulykaragu Párolt rizs Allergén:glutén EN:451 SZH:59.3 SÓ:0.3 ZSÍR:13.8 FE:22.0.	Szilváslepeny Gyümölcs Allergén:glutén tej tojás EN:445 SZH:80.2 SÓ:0.1 ZSÍR:8.8 FE:9.8.
Ebéd B menü	Bolognai spagetti Allergén:glutén tej tojás EN:431 SZH:48.3 SÓ:0.7 ZSÍR:17.8 FE:18.7.	Temesvári tokány Tészta köret Gyümölcs Allergén:glutén tej EN:575 SZH:66.5 SÓ:0.3 ZSÍR:25.5 FE:19.0.	Rántott gomba Párolt rizs Tartármártás Allergén:glutén mustár tej tojás EN:633 SZH:74.4 SÓ:0.7 ZSÍR:30.8 FE:13.8.	Vadas szelet Burgonyakrokkett Allergén:glutén mustár tej tojás zeller EN:994 SZH:97.7 SÓ:1.3 ZSÍR:51.9 FE:31.7.	Sajtos-tejfölös tészta Gyümölcs Allergén:glutén tej tojás EN:541 SZH:60.3 SÓ:0.8 ZSÍR:22.5 FE:23.2.
Uzsonna	Tavaszi felvágott Zsemle Zöldség Allergén:glutén szója EN:275 SZH:43.9 SÓ:1.5 ZSÍR:5.8 FE:11.1.	Natúr vajkrém Reszelt sajt Korpás zsemle Allergén:glutén tej EN:378 SZH:44.7 ZSÍR:13.9 FE:17.2 SÓ:1.5.	Diós margarin Kenyér Gyümölcs Allergén:diófélék glutén EN:407 SZH:43.2 SÓ:1.4 ZSÍR:20.7 FE:11.7.	Csibecsemege Zöldség Barna kenyér Allergén:glutén EN:231 SZH:37.7 SÓ:0.9 ZSÍR:1.3 FE:16.7.	Gyümölcsjoghurt Kifli Allergén:glutén tej EN:274 SZH:48.9 SÓ:1.3 ZSÍR:4.3 FE:9.3.

Beszerzéstől függően az étlap változhat.

Élelmezésvezető

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata (EN:energia, kcal/adag;SZH:szénhidrát, g/adag; SÓ:sótartalom,g/adag;ZSÍR:zsírtartalom,g/adag)

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Gyümölcstea Túrista felvágott Natúr vajkrém Kenyér Allergén:glutén szója tej EN:385 SZH:43.2 SÓ:1.8 ZSÍR:18.2 FE:11.8.	Tej Májkrém Zöldség Zsemle Allergén:glutén mustár szója tej EN:414 SZH:57.1 SÓ:1.8 ZSÍR:11.5 FE:19.9.	Citromos tea Füstölt kolbász Zöldség Teljes kiőrlésű kenyér Allergén:glutén EN:329 SZH:35.6 SÓ:1.5 ZSÍR:14.4 FE:13.5.	Tejeskávé Margarinos kalács Allergén:glutén tej tojás EN:505 SZH:74.7 SÓ:0.8 ZSÍR:15.5 FE:16.0.	Gyümölcstea Édes túrókrém Zsemle Allergén:glutén tej EN:303 SZH:53.5 ZSÍR:3.5 FE:13.8 SÓ:0.9.
Ebéd leves	Paradicsomleves Allergén:glutén zeller EN:149 SZH:22.1 SÓ:0.8 ZSÍR:5.0 FE:3.5.	Minestrone leves Allergén:glutén tej tojás zeller EN:122 SZH:9.3 SÓ:0.5 ZSÍR:7.2 FE:4.4.	Parajkrémleves sajtszórattal Allergén:glutén tej EN:189 SZH:17.9 SÓ:0.8 ZSÍR:8.6 FE:9.7.	Tejfölös gombaleves Allergén:glutén tej zeller EN:92 SZH:10.7 SÓ:0.6 ZSÍR:3.2 FE:4.8.	Bableves Allergén:glutén tojás zeller EN:231 SZH:27.5 SÓ:0.3 ZSÍR:9.0 FE:9.7.
Ebéd A menü	Paprikás krumpli Savanyúság Allergén:kén-dioxid szója EN:266 SZH:32.9 SÓ:1.2 ZSÍR:11.2 FE:7.8.	Fokhagymás sült hal Vajas burgonya Gyümölcs Allergén:glutén halak tej EN:429 SZH:55.3 SÓ:1.1 ZSÍR:13.7 FE:19.7.	Zöldborsós csirkemell csikok Párolt rizs EN:394 SZH:58.3 SÓ:0.3 ZSÍR:7.2 FE:23.4.	Dubarry szelet Tejfölös szalonnás burgonyapüré Allergén:glutén tej EN:445 SZH:48.5 SÓ:0.9 ZSÍR:16.8 FE:23.4.	Almás pite Gyümölcs Allergén:glutén tej tojás EN:275 SZH:44.5 SÓ:0.3 ZSÍR:8.2 FE:5.1.
Ebéd B menü	Sült hús Fahéjas almamártás Pirított kuskusz Allergén:glutén tej EN:675 SZH:99.5 SÓ:1.0 ZSÍR:14.1 FE:34.1.	Zöldséges vagdalt Párolt rizs Savanyúság Gyümölcs Allergén:glutén kén-dioxid tojás EN:622 SZH:82.3 SÓ:1.2 ZSÍR:22.6 FE:21.6.	Rakott kelkáposzta Allergén:glutén tej EN:419 SZH:28.7 SÓ:0.8 ZSÍR:24.1 FE:21.0.	Mézes - mustáros csirkecomb Petrezselymes rizs Allergén:glutén mustár EN:635 SZH:105.8 SÓ:0.8 ZSÍR:12.3 FE:24.7.	Túrós tészta Gyümölcs Allergén:glutén tej tojás EN:493 SZH:62.6 SÓ:0.8 ZSÍR:16.2 FE:23.6.
Uzsonna	Párizsikrém Korpás zsemle Zöldség Allergén:glutén mustár szója tej EN:326 SZH:46.4 SÓ:1.5 ZSÍR:9.2 FE:12.9.	Póréhagymás túrókrém Félbarna kenyér Allergén:glutén tej EN:221 SZH:34.6 SÓ:1.2 ZSÍR:3.4 FE:12.7.	Sajtos-vajas zsemle Alma Allergén:glutén tej EN:262 SZH:34.2 SÓ:0.9 ZSÍR:10.4 FE:7.4.	Snidlinges tojáskrém Kenyér Zöldség Allergén:glutén mustár tej tojás EN:258 SZH:39.1 SÓ:1.4 ZSÍR:6.0 FE:12.5.	Vajas kenyér Müzli szelet Allergén:diófélék földimogyoró glutén kén-dioxid szezámmag szója tej EN:401 SZH:54.7 SÓ:0.9 ZSÍR:16.3 FE:9.0.

Beszerzéstől függően az étlap változhat.

Élelmezésvezető

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata (EN:energia, kcal/adag;SZH:szénhidrát, g/adag; SÓ:sótartalom,g/adag;ZSÍR:zsírtartalom,g/adag)

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea Zalakrém Zöldség Kenyér Allergén:glutén szója EN:327 SZH:44.6 SÓ:2.2 ZSÍR:10.3 FE:13.6.	Karamellás tej Gabonapehely Allergén:glutén tej EN:358 SZH:62.2 SÓ:0.9 ZSÍR:7.7 FE:9.3.	Citromos tea Margarin, Szelet sajt Zöldség Teljes kiőrlésű kenyér Allergén:glutén tej EN:281 SZH:35.7 SÓ:1.3 ZSÍR:10.4 FE:10.3.	Tej Mogyorókrém Zsemle Allergén:diófélék glutén szója tej EN:452 SZH:68.8 SÓ:1.2 ZSÍR:12.2 FE:16.2.	Gyümölcsstea Natúr vajkrém Főtt tojás, Zöldség Korpás zsemle Allergén:glutén tej tojás EN:473 SZH:55.5 ZSÍR:17.2 FE:22.5 SÓ:1.3.
Ebéd leves	Csurgatott tojásleves Allergén:glutén tojás EN:117 SZH:6.1 SÓ:0.2 ZSÍR:8.6 FE:3.3.	Fahéjas almaleves Allergén:glutén tej EN:117 SZH:19.0 ZSÍR:3.3 FE:1.9.	Karfiolkrémleves Pirított zsemlekocka Allergén:glutén tej EN:93 SZH:12.7 SÓ:0.4 ZSÍR:2.5 FE:4.5.	Kertészleves Allergén:glutén zeller EN:103 SZH:11.8 SÓ:0.2 ZSÍR:4.8 FE:2.8.	Kapros zöldségleves Allergén:glutén tej tojás zeller EN:107 SZH:12.2 SÓ:0.3 ZSÍR:5.0 FE:2.8.
Ebéd A menü	Lencsefőzelék Sült kolbász Ecetes lilahagyma Gyümölcs Allergén:glutén mustár tej EN:656 SZH:67.7 SÓ:2.1 ZSÍR:29.1 FE:29.8.	Hentestokány Tészta köret Allergén:glutén mustár EN:520 SZH:57.9 SÓ:0.5 ZSÍR:23.9 FE:17.7.	Paradicsomos káposzta Rántott sajt Gyümölcs Allergén:glutén tej tojás zeller EN:749 SZH:75.0 SÓ:1.2 ZSÍR:36.4 FE:28.5.	Szezámragos sertésszelet Tört burgonya Savanyúság Allergén:glutén kén-dioxid szezámrag tej tojás EN:547 SZH:52.5 SÓ:1.2 ZSÍR:24.8 FE:27.1.	Almás-túrós lasagne Gyümölcs Allergén:glutén tej tojás EN:343 SZH:55.1 SÓ:0.3 ZSÍR:11.0 FE:4.8.
Ebéd B menü	Chilis bab Gyümölcs Allergén:glutén EN:380 SZH:47.6 SÓ:0.3 ZSÍR:9.3 FE:25.8.	Baconbe göngyölt csirkemáj Franciasaláta Allergén:mustár tej tojás EN:794 SZH:41.4 SÓ:1.0 ZSÍR:59.2 FE:22.1.	Zöldséges-sajtos makaróni Gyümölcs Allergén:glutén tej EN:238 SZH:39.7 SÓ:1.6 ZSÍR:4.3 FE:9.6.	Sertéspörkölt Galuska Savanyúság Allergén:glutén kén-dioxid tej tojás EN:666 SZH:58.2 SÓ:1.8 ZSÍR:33.9 FE:28.4.	Pizzás csiga Gyümölcs Allergén:glutén tej tojás EN:560 SZH:68.2 SÓ:0.7 ZSÍR:28.7 FE:6.5.
Uzsonna	Szardíniakrém Korpás kenyér Allergén:glutén halak mustár tej EN:300 SZH:22.5 SÓ:1.1 ZSÍR:16.9 FE:13.9.	Túrista felvágott Zöldség Félbarna kenyér Allergén:glutén szója EN:305 SZH:34.6 SÓ:1.8 ZSÍR:13.0 FE:11.9.	Sárgarépas sajtkrém Savanyú uborka Zsemle Allergén:glutén kén-dioxid mustár tej EN:292 SZH:46.9 SÓ:3.2 ZSÍR:6.6 FE:10.4.	Tavaszi felvágott Félbarna kenyér Zöldség Allergén:glutén szója EN:239 SZH:35.3 SÓ:1.7 ZSÍR:5.9 FE:10.4.	Kefir Kifli Allergén:glutén tej EN:206 SZH:40.0 SÓ:1.4 ZSÍR:0.5 FE:10.2.

Beszerzéstől függően az étlap változhat.

Élelmezésvezető

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata (EN:energia, kcal/adag;SZH:szénhidrát, g/adag; SÓ:sótartalom,g/adag;ZSÍR:zsírtartalom,g/adag)