

19. hét

2024.05.06-05.10.

ALLERGÉN KÓD:

1-glutén, 2-rák, 3-tojás, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szója, 7-tejtermék, laktóz, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezám, 12-kéndioxid-szulfid, 13-csillagfürt, 14-puhatestűek, 15-mesterséges édesítőszer, 16-édesgyökér

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
TÍZÓRAI	1. BANÁNSHAKE 2. KIFLI	1. CITROMOS TEA 2. MAGVAS 3. SAJTKRÉMES 4. TK. KENYÉR 5. RETEK	1. KAKAÓ 2. KALÁCS	1. GYÜMÖLCSTEA 2. OLASZ FELVÁGOTT 3. TK. ZSEMLE 4. VAJ 5. UBORKA	1. TEJ 2. VAJAS 3. MÉZES 4. KENYÉR
	energia: 300 Kcal szénhidrát: 40 g fehérje: 5 g zsír / telített zs.: 40 g / g cukor: 1,4 g só: 0,02 g	energia: 280 Kcal szénhidrát: 40 g fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 45 g / g cukor: 1,5 g só: 0,03 g	energia: 270 Kcal szénhidrát: 35 g fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 40 g / g cukor: 2 g só: 0,030,04 g	energia: 285 Kcal szénhidrát: 40 g fehérje: 4 g zsír / telített zs.: 45 g / g cukor: 1 g só: 1 g	energia: 295 Kcal szénhidrát: 30 g fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 45 g / g cukor: 1,4 g só: 1 g
	Allergének: 1. 7. 2. 1.	Allergének: 2. 7. 3. 1.	Allergének: 1. 7. 2. 1.3.7.	Allergének: 3. 1. 4. 7.	Allergének: 1. 7. 2. 7. 4. 1.
EBÉD	1. RAGULEVES 2. DEJÓS TÉSZTA	1. ORJALEVES 2. LECSÓS VIRSLI 3. TARHONYA	1. TEJFÖLŐS ZÖLDBABLEVES 2. VAJAS SÜLT CSIRKECOMB 3. PÁROLT RIZS 4. PÁROLT ZÖLDSÉG	1. ZÖLDSÉGKRÉMLEVES 2. FOKHAGYMÁS CSIRKEMÁJ 3. SÓS BURGONYA	1. RESZELTTÉSZTA LEVES 2. EGRESMÁRTÁS 3. FŐTT TOJÁS
	energia: 870 Kcal szénhidrát: 70 g fehérje: 20 g zsír / telített zs.: 40 g / g cukor: 2 g só: 1,5 g	energia: 875 Kcal szénhidrát: 65 g fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 40 g / g cukor: 2 g só: 1,2 g	energia: 880 Kcal szénhidrát: 60 g fehérje: 35 g zsír / telített zs.: 40 g / g cukor: 1,5 g só: 1 g	energia: 890 Kcal szénhidrát: 50 g fehérje: 30 g zsír / telített zs.: 35 g / g cukor: 3 g só: 0,05 g	energia: 895 Kcal szénhidrát: 45 g fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 45 g / g cukor: 3 g só: 0,05 g
	Allergének: 1. 9. 2. 1.3.	Allergének: 1. 1.3.7. 3. 1.3.	Allergének: 1. 1.7. 2. 1.	Allergének: 1. 1.7. 2. 1.	Allergének: 1. 1.3.9. 2. 1.7.
UZSONNA	1. TK. ZSEMLE 2. CSIRKEMELLSONKA 3. VAJ 4. PAPRIKA	1. CSOKIS KONTY	1. TÚRÓRUDI 2. KEKSZ	1. KEFÍR 2. TK- KIFLI	1. MANDARIN
	energia: 285 Kcal szénhidrát: 15 g fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 40 g / g cukor: g só: 0,02 g	energia: 330 Kcal szénhidrát: 25 g fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 35 g / g cukor: 1,2 g só: 0,03 g	energia: 240 Kcal szénhidrát: 30 g fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 25 g / g cukor: 1,5 g só: 0,1 g	energia: 200 Kcal szénhidrát: 30 g fehérje: 7 g zsír / telített zs.: 35 g / g cukor: 1 g só: 0,02 g	energia: 350 Kcal szénhidrát: 30 g fehérje: 0,08 g zsír / telített zs.: 0,6 g / g cukor: 1,5 g só: 0 g
	Allergének: 1. 1. 3. 7.	Allergének: 1. 1.3.7.	Allergének: 1. 5.6.7.8. 2. 1.3.5.6.7.8.	Allergének: 1. 7. 2. 1.	Allergének:

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!