

2020.11.30. - 2020.12.04.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Tízórai</b>	<p><b>Tej</b> <b>Csirkemellsonka felvágott</b> <b>Félbarna kenyér</b> <b>Margarin</b></p> <p>Energia: 309,65 Kcal / 1 294,34 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 18,36 g 8,92 g 1,79 g Szénhidrát Cukor Só 38,85 g 0,00 g 2,06 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7,(6)</p>	<p><b>Csipkebogyó tea</b> <b>Tojáspástétom</b> <b>Trapista sajt</b> <b>Teljeskiőrlésű kenyér</b> <b>Paradicsom</b></p> <p>Energia: 246,01 Kcal / 1 028,32 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 13,34 g 9,80 g 4,83 g Szénhidrát Cukor Só 25,70 g 0,00 g 1,58 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7,10,(12)</p>	<p><b>Tej</b> <b>Briós</b></p> <p>Energia: 257,58 Kcal / 1 076,68 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 10,41 g 8,82 g 4,36 g Szénhidrát Cukor Só 33,84 g 5,54 g 0,55 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7</p>	<p><b>Kakaós tej</b> <b>Fatörzs kifli</b></p> <p>Energia: 311,13 Kcal / 1 300,52 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 11,32 g 7,12 g 3,38 g Szénhidrát Cukor Só 50,09 g 18,50 g 0,65 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7</p>	<p><b>Tea</b> <b>Padlizsánkrem</b> <b>Teljeskiőrlésű kenyér</b></p> <p>Energia: 209,71 Kcal / 876,59 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 5,33 g 2,61 g 0,26 g Szénhidrát Cukor Só 40,76 g 14,00 g 1,11 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1</p>
<b>Ebéd</b>	<p><b>Kassai burgonya leves</b> <b>Káposztás kocka</b></p> <p>Energia: 609,36 Kcal / 2 547,12 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 23,66 g 26,12 g 5,58 g Szénhidrát Cukor Só 68,59 g 0,00 g 1,70 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7,9</p>	<p><b>Zöldségleves</b> <b>Sertés pörkölt</b> <b>Sárgaborsó főzelék</b> <b>Félbarna kenyér</b></p> <p>Energia: 628,11 Kcal / 2 625,50 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 33,88 g 24,36 g 4,25 g Szénhidrát Cukor Só 67,51 g 0,06 g 3,70 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,9,(6),(7),(12)</p>	<p><b>Zellerkrémleves</b> <b>Rántott afrikai harcsa</b> <b>Rizi-bizi</b></p> <p>Energia: 711,02 Kcal / 2 972,06 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 25,82 g 28,44 g 5,66 g Szénhidrát Cukor Só 86,68 g 0,00 g 3,34 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,4,7,9</p>	<p><b>Húsleves</b> <b>Főtt csirkemell</b> <b>Sóska mártás</b> <b>Sós burgonya</b></p> <p>Energia: 534,57 Kcal / 2 234,50 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 29,60 g 13,10 g 2,49 g Szénhidrát Cukor Só 73,03 g 8,01 g 1,77 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7,9,(6),(12)</p>	<p><b>Húsgombóc leves</b> <b>Mákos kalács</b> <b>Mandarin</b></p> <p>Energia: 602,87 Kcal / 2 520,00 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 23,28 g 20,68 g 4,72 g Szénhidrát Cukor Só 79,68 g 15,48 g 1,08 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7,9</p>
<b>Uzsonna</b>	<p><b>Natúr kockasajt</b> <b>Graham kifli</b> <b>Uborka</b></p> <p>Energia: 189,81 Kcal / 793,41 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 8,98 g 5,80 g 3,04 g Szénhidrát Cukor Só 25,19 g 0,00 g 1,13 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7</p>	<p><b>Tej</b> <b>Orosházi banán</b></p> <p>Energia: 137,01 Kcal / 572,70 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 10,41 g 6,22 g 2,95 g Szénhidrát Cukor Só 33,84 g 5,54 g 0,59 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,3,7</p>	<p><b>Delma light</b> <b>Reszelt sajt</b> <b>Teljeskiőrlésű kenyér</b> <b>Jégcsapretek</b></p> <p>Energia: 172,69 Kcal / 721,84 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 6,99 g 7,29 g 2,93 g Szénhidrát Cukor Só 19,59 g 0,00 g 0,84 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7</p>	<p><b>Házi sajtkrém</b> <b>Teljeskiőrlésű kenyér</b> <b>Kaliforniai paprika</b></p> <p>Energia: 167,98 Kcal / 702,16 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 7,10 g 4,32 g 2,14 g Szénhidrát Cukor Só 25,24 g 0,00 g 0,64 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7</p>	<p><b>Tej</b> <b>Zalai felvágott</b> <b>Trapista sajt</b> <b>Margarinos kenyér</b></p> <p>Energia: 336,49 Kcal / 1 406,53 KJ Fehérje Zsír T.Zsír/sav 19,25 g 14,42 g 6,16 g Szénhidrát Cukor Só 32,09 g 0,00 g 1,80 g</p> <p><i>Allergének:</i> 1,7,(6)</p>

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

Gyurján Józsefné s.k.  
Élelmezésvezető

Juhász Istvánné s.k.  
Szakács

Soltész Andrásné s.k.  
Dietetikus