

2019. JÚNIUS 24-30

NORMÁL- MKH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	CITROMOS TEA FÓTT KRINOLIN TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR <i>Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, kén-</i> energia: 703 kcal számhidr: 89,4g lehejje: 24,2 g cukor: 32,5 g zsir: 28,1 g só: 4,2 g teljhett zsr: 0 g	KARAMELLÁS TEJ SOPRONI FELVAGOTT TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR <i>Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, kén-</i> energia: 711 kcal számhidr: 74,9g lehejje: 29 g cukor: 20g zsir: 30,8 g só: 3,1g teljhett zsr: 0 g	CITROMOS TEA FOKHAGYMÁS FELVAGOTT PARADICSOM TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR <i>Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, kén-</i> energia: 611 kcal számhidr: 70,5 g lehejje: 19,9 g cukor: 30 g zsir: 28,2 g só: 2,7g teljhett zsr: 0 g	KAKAO MINI VAJ KUGLÓF <i>Allergének: glutén, tej</i> energia: 880 kcal számhidr: 113,9g lehejje: 23,6 g cukor: 30,3 g zsir: 33,1 g só: 2,4 g teljhett zsr: 0 g	CITROMOS TEA DISZNÓSÁJT HÓNAPOS RETEK TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR <i>Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, kén-</i> energia: 588 kcal számhidr: 89,1g lehejje: 20,3 g cukor: 30g zsir: 24,2 g só: 4g teljhett zsr: 0 g	CITROMOS TEA ZÖLD PAPRIKA ERDELYI SZALONNA TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR <i>Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, kén-</i> energia: 1073 kcal számhidr: 86,9 g lehejje: 14,7 g cukor: 30g zsir: 70,9 g só: 1,7g teljhett zsr: 0 g	CITROMOS TEA MINI MARGARIN TAVASZ FELVAGOTT TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR <i>Allergének: csillagfürt, diófélék, földimogyoró,</i> energia: 672 kcal számhidr: 88,4g lehejje: 20,5 g cukor: 30g zsir: 33,2 g só: 2,8g teljhett zsr: 6 g
Tízórai	MÚZLI SZELET GYÜMÖLCSÖS <i>Allergének: földimogyoró, glutén</i> energia: 76 kcal számhidr: 16,8 g lehejje: 1,5 g cukor: 3,2 g zsir: 0,1 g só: 0,2 g teljhett zsr: 0 g	POGÁCSA VAJAS <i>Allergének: glutén, tej, tojások</i> energia: 222 kcal számhidr: 26,8 g lehejje: 4,5 g cukor: 0 g zsir: 10,1 g só: 0,8 g teljhett zsr: 0 g	TEJ POHARAS <i>Allergének: tej</i> energia: 124 kcal számhidr: 10,6 g lehejje: 6,8 g cukor: 0 g zsir: 5,6 g só: 0,3 g teljhett zsr: 0 g	KOCKASAJT <i>Allergének: tej</i> energia: 7 kcal számhidr: 0 g lehejje: 0,4 g cukor: 0 g zsir: 0,5 g só: 0 g teljhett zsr: 0 g	TÚRÓ RUDI <i>Allergének: tej</i> energia: 82 kcal számhidr: 7,1 g lehejje: 3,3 g cukor: 0 g zsir: 4,2 g só: 0 g teljhett zsr: 0 g	GYÜMÖLCSLÉ SÜRTMÉNY <i>Allergének:</i> energia: 11 kcal számhidr: 2,2 g lehejje: 0 g cukor: 2,2 g zsir: 0 g só: 0 g teljhett zsr: 0 g	ALBERT KEKSZ <i>Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, kén-</i> energia: 85 kcal számhidr: 15,8g lehejje: 2 g zsr: 23,7 g zsir: 1,4 g só: 0,2 g teljhett zsr: 0 g
Ebéd	ALMA BEFŐTT BURGONYA LEVES TEJFÖLŐS PÁROLT RIZS MAJORANNÁS CSIRKE TRI IPS KŰRPI FŐFŐ <i>Allergének: csillagfürt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid,</i> energia: 1361 kcal számhidr: 189,5 g lehejje: 50,2 g cukor: 23 g zsir: 7,2 g só: 9,2 g teljhett zsr: 0 g	DARAGALUSKA LEVES PARADICSOMOS KÁPOSZTA SÜLT OLDALAS TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR <i>Allergének: csillagfürt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid,</i> energia: 1706 kcal számhidr: 117,8g lehejje: 45,7 g cukor: 30,3g zsir: 54,1 g só: 13,1g teljhett zsr: 0 g	ZELLERKRÉM LEVES TÁRHONYASHŰS UBORKA SALÁTA TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR <i>Allergének: csillagfürt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid,</i> energia: 1226 kcal számhidr: 130,5g lehejje: 44 g cukor: 12,6 g zsir: 37,2 g só: 10 g teljhett zsr: 0 g	ERŐLEVES TYÚK BURGONYAPÜRÉ RANTOTT SERTÉSSZELET CÉKLA SAVANYÚ TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR <i>Allergének: csillagfürt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid,</i> energia: 1999 kcal számhidr: 128,6 g lehejje: 51,1 g cukor: 2,7g zsir: 32,3 g só: 15,7g teljhett zsr: 2,4 g	GYUYÁS LEVES TELBERIZS TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR <i>Allergének: csillagfürt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid,</i> energia: 1564 kcal számhidr: 215,7g lehejje: 71,9 g cukor: 21,1g zsir: 36,1 g só: 1 g teljhett zsr: 0 g	KELBIMBÓ LEVES SÜLT CSIRKEMELL MEGGY MÁRTÁS TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR <i>Allergének: csillagfürt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid,</i> energia: 1337 kcal számhidr: 188,4g lehejje: 55,2 g cukor: 40,9g zsir: 8,9 g só: 8,3g teljhett zsr: 0 g	TARHONYALEVES TÉSZA ZÚZA PÓRKÖLT TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR <i>Allergének: csillagfürt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid,</i> energia: 1369 kcal számhidr: 145,9g lehejje: 53,9 g cukor: 0,9g zsir: 13,2 g só: 11,3g teljhett zsr: 0 g

Az étlapválogatás jogát fenntartjuk!

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Uzsonna	<p>Allergének:</p> <p>energia: 80 kcal szénhidr.: 19 g lehetőleg: 0,6 g cukor: 0 g zsír: 0 g só: 0 g telített zsír: 0 g</p>	<p>Allergének: glutén, tej, tojások</p> <p>energia: 85 kcal szénhidr.: 15,6 g lehetőleg: 2 g cukor: 0,2 g zsír: 1,4 g só: 0,1 g telített zsír: 0 g</p>	<p>Allergének:</p> <p>energia: 0 kcal szénhidr.: 0 g lehetőleg: 0 g cukor: 1,5 g zsír: 0 g só: 0 g telített zsír: 0 g</p>	<p>Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, tej</p> <p>energia: 158 kcal szénhidr.: 19,5 g lehetőleg: 2 g cukor: 6,9 g zsír: 7,4 g só: 0,2 g telített zsír: 0 g</p>	<p>Allergének:</p> <p>energia: 31 kcal szénhidr.: 7 g lehetőleg: 0,4 g cukor: 0 g zsír: 0 g só: 0 g telített zsír: 0 g</p>	<p>Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>energia: 85 kcal szénhidr.: 15,6 g lehetőleg: 2 g cukor: 2,8 g zsír: 1,4 g só: 0,2 g telített zsír: 0 g</p>	<p>Allergének: földimogyoró, glutén</p> <p>energia: 75 kcal szénhidr.: 18,6 g lehetőleg: 1,5 g zsír: ZSÚJ g zsír: 0,1 g só: 0,2 g telített zsír: 0 g</p>
Vacsora	<p>Allergének: csillagfürt, glutén, mustár, szójabab,</p> <p>energia: 11,7 kcal szénhidr.: 112,3 g lehetőleg: 39,6 g cukor: 35,3 g zsír: 48,9 g só: 6,8 g telített zsír: 0 g</p>	<p>Allergének: csillagfürt, diófélék, földimogyoró,</p> <p>energia: 669 kcal szénhidr.: 105,99 g lehetőleg: 28,1 g cukor: 30 g zsír: 34,5 g só: 3,8 g telített zsír: 6 g</p>	<p>Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, hal,</p> <p>energia: 882 kcal szénhidr.: 105,59 g lehetőleg: 38,8 g cukor: 30 g zsír: 29,4 g só: 5 g telített zsír: 0 g</p>	<p>Allergének: csillagfürt, diófélék, földimogyoró,</p> <p>energia: 820 kcal szénhidr.: 87,4 g lehetőleg: 31,4 g cukor: 30,9 g zsír: 35,6 g só: 4,9 g telített zsír: 0 g</p>	<p>Allergének: csillagfürt, diófélék, földimogyoró,</p> <p>energia: 829 kcal szénhidr.: 105,6 g lehetőleg: 27,6 g cukor: 30 g zsír: 30,6 g só: 4 g telített zsír: 6 g</p>	<p>Allergének: glutén, tej</p> <p>energia: 391 kcal szénhidr.: 46,3 g lehetőleg: 7,4 g cukor: 30 g zsír: 18,6 g só: 1,6 g telített zsír: 0 g</p>	<p>Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, kén-</p> <p>energia: 674 kcal szénhidr.: 108,2 g lehetőleg: 24,9 g cukor: 30 g zsír: 14,1 g só: 3,2 g telített zsír: 0 g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

2019. JÚNIUS 24-30

ÉPÉS - MKH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	CITROMOS TEA FŐTT KRINOLIN TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR	KARAMELLÁS-TEJ GÉPSONKA TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR	CITROMOS TEA KOCKASAJT TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR	KAKAO MINI VAJ KUGLÓF	CITROMOS TEA PILYKAMELL SONKA TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR	CITROMOS TEA MINI MARGARIN MINI MÉZ TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR	CITROMOS TEA MINI MARGARIN CSIRKEMELL SONKA TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR
	<i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, kén- energia 703 kcal számhid: 89,4g lehetője 24,2 g cukor 32,5 g zsír 26,1 g só 4,2 g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, kén- energia 566 kcal számhid: 74,8g lehetője 35 g cukor 20g zsír 12,7 g só 2,9g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, kén- energia 336 kcal számhid: 68 g lehetője 8,8 g cukor 30 g zsír 2,6 g só 1,1g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének:</i> glutén, tej energia 860 kcal számhid: 113,9g lehetője 23,3 g cukor 30,3 g zsír 33,1 g só 2,4 g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, kén- energia 446 kcal számhid: 67,9g lehetője 24,6 g cukor 30g zsír 7,5 g só 2,5g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének:</i> csillagfűt, diófélék, földimogyoró, energia 576 kcal számhid: 101,9 g lehetője 11,7 g cukor 46,4g zsír 17,9 g só 1,8g teljhelt zsír: 6 g	<i>Allergének:</i> csillagfűt, diófélék, földimogyoró, energia 599 kcal számhid: 68,1g lehetője 25,1 g cukor 30g zsír 23,8 g só 2,8g teljhelt zsír: 6 g
Tízórai	MŰZLI SZELET GYÜMÖLCSÖS	POGÁCSA VAJAS	TEJ POHARAS	KOCKASAJT	TÚRÓ RUDI	GYÜMÖLCSLÉ SÜRITMÉNY	ALBERT KEK SZ
	<i>Allergének:</i> földimogyoró, glutén energia 79 kcal számhid: 15,6 g lehetője 1,5 g cukor 3,2 g zsír 0,1 g só 0,2 g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 222 kcal számhid: 26,8 g lehetője 4,5 g cukor 0 g zsír 10,1 g só 0,8 g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének:</i> tej energia 124 kcal számhid: 10,8 g lehetője 6,8 g cukor 0 g zsír 5,6 g só 0,3 g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének:</i> tej energia 7 kcal számhid: 0 g lehetője 0,4 g cukor 0 g zsír 0,5 g só 0 g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének:</i> tej energia 82 kcal számhid: 7,1 g lehetője 3,9 g cukor 0 g zsír 4,2 g só 0 g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének:</i> energia 11 kcal számhid: 2,2 g lehetője 0 g cukor 2,2 g zsír 0 g só 0 g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, kén- energia 86 kcal számhid: 15,8g lehetője 2 g zsír 2,77 g zsír 1,4 g só 0,2 g teljhelt zsír: 0 g
Ebéd	ALMABEFŐTT BURGONYALEVES PÁROLT RIZS MAJORANNAS CSIRKE TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR	DARAGALUSKA LEVES SALÁTAFOZELÉK NATUR SERTÉS SZELET TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR	ÖSZBARACK BEFŐTT ZELLERKRÉM LEVES TARHONYASHUS TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR	ERŐLEVES TYÚK BURGONYAPURÉ NATUR SERTÉS SZELET CÉKLASAVANYÚ TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR	SERTÉS RAGU LEVES TELBERIZS TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR	PIRÍTOTT TÉSZTÁLEVES- DIÉTÁS SÜLT CSIRKEMELL MEGGYMÁRTÁS TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR	TARHONYALEVES- DIÉTÁS TÉSZTA ZÚZA RAGU TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR
	<i>Allergének:</i> csillagfűt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, energia 1418 kcal számhid: 197,8 g lehetője 50,2 g cukor 23,1 g zsír 4,7 g só 9,1 g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének:</i> csillagfűt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, energia 782 kcal számhid: 81,7g lehetője 37,3 g cukor 0,3g zsír 15,1 g só 11,5g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének:</i> csillagfűt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, energia 1266 kcal számhid: 146g lehetője 43,8 g cukor 25,1 g zsír 34,8 g só 9,5 g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének:</i> csillagfűt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, energia 966 kcal számhid: 92,6 g lehetője 43,2 g cukor 2,7g zsír 20,1 g só 15,7g teljhelt zsír: 2,4 g	<i>Allergének:</i> csillagfűt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, energia 1311 kcal számhid: 173,7g lehetője 53,3 g cukor 22,5g zsír 30,9 g só 5,9 g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének:</i> csillagfűt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, energia 1212 kcal számhid: 172,5g lehetője 49,5 g cukor 40,6g zsír 7,8 g só 6,3g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének:</i> csillagfűt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, energia 1301 kcal számhid: 142,4g lehetője 48 g cukor 0,7g zsír 9,8 g só 10,1g teljhelt zsír: 0 g

Az étlapadatokhoz jogát fenntartjuk!

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Uzsonna	<p>ŐSZIBARACK</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>energia 21 kcal szárhidr: 4,5 g lehető 0,4 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g telített zsír 0 g</p>	<p>SAJTOS TALLÉR</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 85 kcal szárhidr: 15,6 g lehető 2 g cukor 0,2 g zsír 1,4 g só 0,1 g telített zsír 0 g</p>	<p>GYÜMÖLCSPÉP</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>energia 0 kcal szárhidr: 0 g lehető 0 g cukor 1,5 g zsír 0 g só 0 g telített zsír 0 g</p>	<p>NÁPOLYI</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, tej</p> <p>energia 159 kcal szárhidr: 19,9 g lehető 2 g cukor 6,9 g zsír 7,4 g só 0,2 g telített zsír 0 g</p>	<p>ALMA</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>energia 31 kcal szárhidr: 7 g lehető 0,4 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g telített zsír 0 g</p>	<p>KORPOVIT KEKSZ</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>energia 85 kcal szárhidr: 15,8 g lehető 2 g cukor 2,8 g zsír 1,4 g só 0,2 g telített zsír 0 g</p>	<p>MŰZLI SZELET GYÜMÖLCSÖS</p> <p><i>Allergének:</i> földimogyoró, glutén</p> <p>energia 76 kcal szárhidr: 16,6 g lehető 1,5 g zsír ZSÚJ 9 g zsír 0,1 g só 0,2 g telített zsír 0 g</p>
Vacsora	<p>CITROMOS TEA HAMBURGER</p> <p><i>Allergének:</i> csillagfűt, glutén, mustár, szójabab,</p> <p>energia 1117 kcal szárhidr: 112,3 g lehető 39,6 g cukor 35,3 g zsír 48,9 g só 6,8 g telített zsír 0 g</p>	<p>CITROMOS TEA MINI MARGARIN ZALA FELVÁGOTT TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR</p> <p><i>Allergének:</i> csillagfűt, diófélék, földimogyoró,</p> <p>energia 869 kcal szárhidr: 105,9 g lehető 28,1 g cukor 30 g zsír 34,5 g só 3,8 g telített zsír 6 g</p>	<p>CITROMOS TEA HALKONZERV TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, hal,</p> <p>energia 862 kcal szárhidr: 105,5 g lehető 28,8 g cukor 30 g zsír 29,4 g só 5 g telített zsír 0 g</p>	<p>CITROMOS TEA SÜLT CSIRKECOMB TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR</p> <p><i>Allergének:</i> csillagfűt, diófélék, földimogyoró,</p> <p>energia 696 kcal szárhidr: 89,8 g lehető 44,8 g cukor 30 g zsír 10,8 g só 4,7 g telített zsír 0 g</p>	<p>CITROMOS TEA KEFÍRES TÚRÓ TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-</p> <p>energia 651 kcal szárhidr: 119 g lehető 26,6 g cukor 30 g zsír 7 g só 2,9 g telített zsír 0 g</p>	<p>CITROMOS TEA KEFÍR POHARAS KIFLI KORPÁS</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 273 kcal szárhidr: 47,2 g lehető 7,4 g cukor 30 g zsír 0,6 g só 1,8 g telített zsír 0 g</p>	<p>CITROMOS TEA SERTÉSMÁJKRÉM TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-</p> <p>energia 664 kcal szárhidr: 106,7 g lehető 24,3 g cukor 30 g zsír 13,9 g só 3,2 g telített zsír 0 g</p>

Az ételapváltoztatás jogát fenntartjuk!

2019. JÚNIUS 24-30

DIAB - MKH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	KESERŰ TEA FŐTT KRINOLIN TELJES KÖRLESTŰ KENYÉR	KARAMELLÁS TEJ SOPRONI FELVÁGOTT TELJES KÖRLESTŰ KENYÉR	KESERŰ TEA FOKAGYMÁS FELVÁGOTT PARADICSOM TELJES KÖRLESTŰ KENYÉR	KAKAO-DIAB KIFLI SAJTOS MINI VAJ	KESERŰ TEA DISZNÓSAJT HÓNAPOS RETEK TELJES KÖRLESTŰ KENYÉR	KESERŰ TEA ZÖLDPAPRIKA ERDÉLYI SZALONNA TELJES KÖRLESTŰ KENYÉR	KESERŰ TEA MINI MARGARIN TAVASZ FELVÁGOTT TELJES KÖRLESTŰ KENYÉR
	<i>Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, kén-</i> energia 587 kcal számhidr: 59,9g lehetője 24,1 g cukor 2,6 g zsír 26 g sós 4,2 g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, kén-</i> energia 711 kcal számhidr: 74,9g lehetője 29 g cukor 20g zsír 30,8 g sós 3,1g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, kén-</i> energia 495 kcal számhidr: 41,1 g lehetője 19,6 g cukor 0,1 g zsír 26,2 g sós 2,7g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének: glutén, tej</i> energia 611 kcal számhidr: 74,3g lehetője 22,7 g cukor 0 g zsír 23,2 g sós 2 g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, kén-</i> energia 473 kcal számhidr: 39,7g lehetője 20,2 g cukor 0,1g zsír 24,1 g sós 4g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, kén-</i> energia 958 kcal számhidr: 57,4 g lehetője 14,6 g cukor 0,1g zsír 70,9 g sós 1,7g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének: csillagfűt, diófélék, földimogyoró,</i> energia 557 kcal számhidr: 39g lehetője 20,5 g cukor 0,1g zsír 33,2 g sós 2,8g teljhelt zsír: 6 g
Tízórai	MŰZLI SZELLET GYÜMÖLCSÖS	POGÁCSA VAJAS	TEJ POHARAS	KOCKASAJT	TYRÓ RUDI	GYÜMÖLCSLÉ SÜRTIMÉNY	ALBERT KEK SZ
	<i>Allergének: földimogyoró, glutén</i> energia 79 kcal számhidr: 16,6 g lehetője 1,5 g cukor 3,8 g zsír 0,1 g sós 0,2 g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének: glutén, tej, tojások</i> energia 222 kcal számhidr: 26,9 g lehetője 4,5 g cukor 0 g zsír 10,1 g sós 0,9 g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének: tej</i> energia 124 kcal számhidr: 10,6 g lehetője 6,6 g cukor 0 g zsír 5,6 g sós 0,3 g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének: tej</i> energia 7 kcal számhidr: 0 g lehetője 0,4 g cukor 0 g zsír 0,5 g sós 0 g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének: tej</i> energia 82 kcal számhidr: 7,1 g lehetője 3,9 g cukor 0 g zsír 4,2 g sós 0 g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének:</i> energia 11 kcal számhidr: 2,2 g lehetője 0 g cukor 2,2 g zsír 0 g sós 0 g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, kén-</i> energia 95 kcal számhidr: 15,6g lehetője 2 g zsír 25,7 g zsír 1,4 g sós 0,2 g teljhelt zsír: 0 g
Ebéd	ALMABERFŐTT, DIABETIKUS BURGONYA LEVES TEJFŐLŐS PÁROLT RIZS MAJORANNAS	DARAGALUSKA LEVES PARADICSOMOS KÁPOSZTA - DIAB SÜLT OLDALAS TELJES KÖRLESTŰ	ZELLERKRÉM LEVES TARHONYASHŰS UBORKA SALÁTA TELJES KÖRLESTŰ KENYÉR	ERŐLEVES TYÚK BURGONYAPÜRÉ RÁNTOTT SERTÉSSZELLET CÉKLASAVANYÚ TELJES KÖRLESTŰ	GULYÁS LEVES TEJBERIZS-DIAB, TELJES KÖRLESTŰ KENYÉR	KELBIMBÓ LEVES SÜLT CSIRKEMELL MEGGY MÁRTÁS- DIAB, TELJES KÖRLESTŰ KENYÉR	TARHONYALEVES TÉSZTA ZÚZA PÓRKÓLT TELJES KÖRLESTŰ KENYÉR
	<i>Allergének: csillagfűt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid,</i> energia 1347 kcal számhidr: 188 g lehetője 50,3 g cukor 22,1 g zsír 7,2 g sós 9,2 g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének: csillagfűt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid,</i> energia 1569 kcal számhidr: 88,2g lehetője 45,7 g cukor 0,4g zsír 54,1 g sós 13,1g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének: csillagfűt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid,</i> energia 1226 kcal számhidr: 130,5g lehetője 44 g cukor 12,6 g zsír 37,2 g sós 10 g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének: csillagfűt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid,</i> energia 1999 kcal számhidr: 128,6 g lehetője 51,1 g cukor 2,7g zsír 32,3 g sós 15,7g teljhelt zsír: 2,4 g	<i>Allergének: csillagfűt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid,</i> energia 1485 kcal számhidr: 213,8g lehetője 66,4 g cukor 20,9g zsír 30,8 g sós 5,9 g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének: csillagfűt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid,</i> energia 1294 kcal számhidr: 163,3g lehetője 55,2 g cukor 10,9g zsír 8,9 g sós 8,3g teljhelt zsír: 0 g	<i>Allergének: csillagfűt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid,</i> energia 1369 kcal számhidr: 145,9g lehetője 53,9 g cukor 0,9g zsír 13,2 g sós 11,3g teljhelt zsír: 0 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Üzsonna	<p>ŐSZIBARACK</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>energia 21 kcal szénhidr: 4,5 g lehetőleg 0,4 g cukor 0 g zsír 0 g telített zsír 0 g</p>	<p>SAJTOS TALLÉR</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 85 kcal szénhidr: 15,6 g lehetőleg 2 g cukor 0,2 g zsír 1,4 g só 0,1 g telített zsír 0 g</p>	<p>GYÜMÖLCSPÉP</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>energia 0 kcal szénhidr: 0 g lehetőleg 0 g cukor 1,5 g zsír 0 g só 0 g telített zsír 0 g</p>	<p>DIABETIKUS NÁPOLYI</p> <p><i>Allergének:</i> diófélek, földimogyoró, tej</p> <p>energia 211 kcal szénhidr: 25,5 g lehetőleg 2,7 g cukor 0 g zsír 9,8 g só 0 g telített zsír 0 g</p>	<p>ALMA</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>energia 31 kcal szénhidr: 7 g lehetőleg 0,4 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g telített zsír 0 g</p>	<p>KORPOVIT KEKSZ</p> <p><i>Allergének:</i> diófélek, földimogyoró, glutén</p> <p>energia 85 kcal szénhidr: 15,6 g lehetőleg 2 g cukor 2,8 g zsír 1,4 g só 0,2 g telített zsír 0 g</p>	<p>MŰZLI SZELET GYÜMÖLCSÖS</p> <p><i>Allergének:</i> földimogyoró, glutén</p> <p>energia 78 kcal szénhidr: 18,6g lehetőleg 1,5 g zsír ZSÚJ g zsír 0,1 g só 0,2 g telített zsír 0 g</p>
Vacsora	<p>KESERŰ TEA HAMBURGER</p> <p><i>Allergének:</i> csillagfürt, glutén, mustár, szójabab,</p> <p>energia 1002 kcal szénhidr: 82,8 g lehetőleg 39,5 g cukor 5,3 g zsír 48,9 g só 6,8 g telített zsír 0 g</p>	<p>KESERŰ TEA KIGYÓUBORKA MINI MARGARIN ZALA FELVÁGOTT TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR</p> <p><i>Allergének:</i> csillagfürt, diófélek, földimogyoró,</p> <p>energia 754 kcal szénhidr: 76,5g lehetőleg 29 g cukor 0,1 g zsír 34,5 g só 3,8 g telített zsír 6 g</p>	<p>KESERŰ TEA HALKONZERV TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR</p> <p><i>Allergének:</i> diófélek, földimogyoró, glutén, hal,</p> <p>energia 746 kcal szénhidr: 76,1g lehetőleg 38,7 g cukor 0,1 g zsír 29,4 g só 5 g telített zsír 0 g</p>	<p>KESERŰ TEA SÜLT KOLBÁSZ MUSTÁR TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR</p> <p><i>Allergének:</i> csillagfürt, diófélek, földimogyoró,</p> <p>energia 704 kcal szénhidr: 58g lehetőleg 31,3 g cukor 1 g zsír 35,5 g só 4,9 g telített zsír 0 g</p>	<p>KESERŰ TEA MINI MARGARIN CSÜLÖKSONKA TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR</p> <p><i>Allergének:</i> csillagfürt, diófélek, földimogyoró,</p> <p>energia 714 kcal szénhidr: 76,2g lehetőleg 27,6 g cukor 0,1g zsír 30,6 g só 4g telített zsír 6 g</p>	<p>KESERŰ TEA KIFLI KORPÁS TEJFŐL POHARAS</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 276 kcal szénhidr: 18,9g lehetőleg 7,3 g cukor 0g zsír 18,6 g só 1,6g telített zsír 0 g</p>	<p>KESERŰ TEA SERTÉSMÁJKRÉM ZÖLDPAPRIKA TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR</p> <p><i>Allergének:</i> diófélek, földimogyoró, glutén, kén-</p> <p>energia 558 kcal szénhidr: 78,8g lehetőleg 24,8 g cukor 0,1g zsír 14,1 g só 3,2g telített zsír 0 g</p>

Az étápváltoztatás jogát fenntartjuk!

2019. JÚNIUS 24-30

TEJMENTES- MKH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	CITROMOS TEA FŐTT KRINOLIN TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, kén- energia 703 kcal számhidr.:89,4g lehetője 24,3 g cukor 32,5 g zsír 26,1 g só 4,2 g telített zsír: 0 g	CITROMOS TEA SOPRONI FELVÁGOTT TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, kén- energia 597 kcal számhidr.:88,1g lehetője 19 g cukor 30g zsír 28,1 g só 2,7g telített zsír: 0 g	CITROMOS TEA FOKHAGYMAS FELVÁGOTT PARADICSOM TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, kén- energia 611 kcal számhidr.:70,5 g lehetője 19,6 g cukor 30 g zsír 26,2 g só 2,7g telített zsír: 0 g	CITROMOS TEA MINI MARGARIN FŐTT TOJÁS TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR Allergének: csillagfűrt, diófélék, földimogyoró, energia 902 kcal számhidr.: 88,6g lehetője:38,6 g cukor 30 g zsír 41,9 g só 1,8 g telített zsír: 6 g	CITROMOS TEA DISZNASAJT HÓNAPOS RETEK TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, kén- energia 588 kcal számhidr.:69,1g lehetője 20,3 g cukor 30g zsír 24,2 g só 4g telített zsír: 0 g	CITROMOS TEA ZÖLDPÁRIKA ERDÉLYI SZALONNA TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, kén- energia 1073 kcal számhidr.:86,9 g lehetője 14,7 g cukor 30g zsír 70,9 g só 1,7g telített zsír: 0 g	CITROMOS TEA MINI MARGARIN TAVASZ FELVÁGOTT TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR Allergének: csillagfűrt, diófélék, földimogyoró, energia 672 kcal számhidr.: 68,4g lehetője 20,6 g cukor 30g zsír 33,2 g só 2,8g telített zsír: 6 g
Tízórai	MŰZLI SZELET GYÜMÖLCSÖS Allergének: földimogyoró, glutén energia 76 kcal számhidr.:16,6 g lehetője 1,5 g cukor 3,2 g zsír 0,1 g só 0,2 g telített zsír:0 g	ÜDÍTŐ Allergének: energia 76 kcal számhidr.:7 g lehetője 0 g cukor 7 g zsír 0 g só 0 g telített zsír:0 g	MŰZLI SZELET GYÜMÖLCSÖS Allergének: földimogyoró, glutén energia 76 kcal számhidr.:16,6 g lehetője 1,5 g cukor 3,2 g zsír 0,1 g só 0,2 g telített zsír: 0 g	ÜDÍTŐ Allergének: energia 76 kcal számhidr.:7 g lehetője 0 g cukor 7 g zsír 0 g só 0 g telített zsír:0 g	MŰZLI SZELET GYÜMÖLCSÖS Allergének: földimogyoró, glutén energia 76 kcal számhidr.:16,6 g lehetője 1,5 g cukor 3,2 g zsír 0,1 g só 0,2 g telített zsír: 0 g	GYÜMÖLCSLÉ SÜRTMÉNY Allergének: energia 11 kcal számhidr.:2,2 g lehetője 0 g cukor 2,2 g zsír 0 g só 0 g telített zsír: 0 g	ALMA Allergének: energia 31 kcal számhidr.: 7g lehetője 0,4 g zsír 2577 g zsír 0 g só 0 g telített zsír: 0 g
Ebéd	ALMA BERÖTT BURGONYALEVES PÁROLT RIZS MAJORANNAS CSIRKE TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR Allergének: csillagfűrt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, energia 1413 kcal számhidr.:197,8 g lehetője 50,2 g cukor 23,1 g zsír 4,7 g só 9,1 g telített zsír: 0 g	DARAGALUSKA LEVES PARADICSOMOS KÁPOSZTA SÜLT OLDALAS TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR Allergének: csillagfűrt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, energia 1706 kcal számhidr.: 117,6g lehetője 46,7 g cukor 30,3g zsír 54,1 g só 13,1g telített zsír: 0 g	ZELLERKRÉM LEVES TARHONYASHÚS UBORKA SALÁTA TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR Allergének: csillagfűrt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, energia 1226 kcal számhidr.: 130,5g lehetője 44 g cukor 12,6 g zsír 37,2 g só 10 g telített zsír: 0 g	ERŐLEVES TYÚK TÖRT BURGONYA RÁNTOTT SERTÉSSZELET CEKLASAVANYÚ TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR Allergének: csillagfűrt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, energia 2313 kcal számhidr.:208,8 g lehetője 56,3 g cukor 2,7g zsír 25,4 g só 15,5g telített zsír: 0 g	GULYÁS LEVES NUDI TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR Allergének: csillagfűrt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, energia 1925 kcal számhidr.:288,3g lehetője 88,4 g cukor 40,4g zsír 34,8 g só 5,3 g telített zsír: 0 g	KELBIMBÓ LEVES SÜLT CSIRKEMELL MEGGY MÁRÁS-TEJMENTES TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR Allergének: csillagfűrt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, energia 1297 kcal számhidr.: 185,3g lehetője 53,2 g cukor 40,9g zsír 7 g só 8,2g telített zsír: 0 g	TARHONYALEVES TÉSZA ZÚZSA PÁROLT TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR Allergének: csillagfűrt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, energia 1396 kcal számhidr.: 145,9g lehetője 53,9 g cukor 0,9g zsír 7 g só 11,3g telített zsír: 0 g

Az étlapvaltoztatás jogát fenntartjuk!

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Üzsonna	<p>SÁRGADINNYE</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>energia 80 kcal szénhidr.: 19 g lehető 0,6 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g telített zsír: 0 g</p>	<p>ALMA</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>energia 31 kcal szénhidr.: 7 g lehető 0,4 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g telített zsír: 0 g</p>	<p>GYÜMÖLCSPÉP</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>energia 0 kcal szénhidr.: 0 g lehető 0 g cukor 1,5 g zsír 0 g só 0 g telített zsír 0 g</p>	<p>NÁPOLYI</p> <p><i>Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, tej</i></p> <p>energia 156 kcal szénhidr.: 19,9 g lehető 2 g cukor 6,9 g zsír 7,4 g só 0,2 g telített zsír 0 g</p>	<p>ALMA</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>energia 31 kcal szénhidr.: 7 g lehető 0,4 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g telített zsír 0 g</p>	<p>KORPOVIT KEKSZ</p> <p><i>Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén</i></p> <p>energia 85 kcal szénhidr.: 15,6 g lehető 2 g cukor 2,9 g zsír 1,4 g só 0,2 g telített zsír 0 g</p>	<p>MŰZLI SZELET GYÜMÖLCSÖS</p> <p><i>Allergének: földimogyoró, glutén</i></p> <p>energia 76 kcal szénhidr.: 16,6g lehető 1,5 g zsír ZSÚJ 7 g zsír 0,1 g só 0,2 g telített zsír 0 g</p>
Vacsora	<p>CITROMOS TEA HAMBURGER</p> <p><i>Allergének: csillagfűt, glutén, mustár, szójabab,</i></p> <p>energia 1117 kcal szénhidr.: 112,3 g lehető 39,6 g cukor 35,3 g zsír 48,9 g só 6,8 g telített zsír: 0 g</p>	<p>CITROMOS TEA KÍGYÓUBORKA MINI MARGARIN ZALA FELVÁGOTT TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR</p> <p><i>Allergének: csillagfűt, diófélék, földimogyoró,</i></p> <p>energia 899 kcal szénhidr.: 105,9g lehető 28,1 g cukor 30 g zsír 34,5 g só 3,8 g telített zsír: 6 g</p>	<p>CITROMOS TEA HALKONZERV TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR</p> <p><i>Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, hal,</i></p> <p>energia 862 kcal szénhidr.: 105,5g lehető 38,8 g cukor 30 g zsír 29,4 g só 5 g telített zsír 0 g</p>	<p>CITROMOS TEA SÚJT KOLBÁSZ MUSTÁR TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR</p> <p><i>Allergének: csillagfűt, diófélék, földimogyoró,</i></p> <p>energia 820 kcal szénhidr.: 87,4g lehető 31,4 g cukor 30,9 g zsír 35,6 g só 4,5 g telített zsír 0 g</p>	<p>CITROMOS TEA MINI MARGARIN CSÜLÖKSONKA TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR</p> <p><i>Allergének: csillagfűt, diófélék, földimogyoró,</i></p> <p>energia 829 kcal szénhidr.: 105,6g lehető 27,6 g cukor 30g zsír 30,6 g só 4g telített zsír 6 g</p>	<p>CITROMOS TEA MINI MARGARIN FÜSTÖLT KOLBÁSZ TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR</p> <p><i>Allergének: csillagfűt, diófélék, földimogyoró,</i></p> <p>energia 803 kcal szénhidr.: 85,6g lehető 24 g cukor 30g zsír 38,2 g só 5g telített zsír 6 g</p>	<p>CITROMOS TEA SERTÉSMÁJKRÉM ZÖLDPAPRIKA TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR</p> <p><i>Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, kén-</i></p> <p>energia 674 kcal szénhidr.: 108,2g lehető 24,9 g cukor 30g zsír 14,1 g só 3,2g telített zsír 0 g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

2019. JÚNIUS 24-30

PÉPES-MKH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	CITROMOS TEA FÖTT KRINOLIN TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR	KARAMELLÁS TEJ GÉPSONKA TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR	CITROMOS TEA KOCKASAJT TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR	KAKAO KUGLÓF	CITROMOS TEA PUYKAMELL SONKA TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR	CITROMOS TEA MINI MARGARIN MINIMÉZ DIAB. TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR	CITROMOS TEA CSIKEMELL SONKA TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR
	Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, kén- energia: 703 kcal szárhidr: 89,4g fehérje: 24,2 g cukor: 32,5 g zsír: 26,1 g só: 4,2 g telített zsír: 0 g	Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, kén- energia: 566 kcal szárhidr: 74,8g fehérje: 35 g cukor: 20g zsír: 12,7 g só: 2,9g telített zsír: 0 g	Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, kén- energia: 336 kcal szárhidr: 68 g fehérje: 8,8 g cukor: 30 g zsír: 2,6 g só: 1,1g telített zsír: 0 g	Allergének: glutén, tej energia: 711 kcal szárhidr: 113,8g fehérje: 21,5 g cukor: 30,3 g zsír: 17,1 g só: 2,3 g telített zsír: 0 g	Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, kén- energia: 446 kcal szárhidr: 67,9g fehérje: 24,6 g cukor: 30g zsír: 7,5 g só: 2,5g telített zsír: 0 g	Allergének: csillagfűt, diófélék, földimogyoró, energia: 351,9 kcal szárhidr: 909,4 g fehérje: 12,6 g cukor: 651,2g zsír: 17,9 g só: 1,8g telített zsír: 6 g	Allergének: diófélék, földimogyoró, glutén, kén- energia: 452 kcal szárhidr: 69g fehérje: 25 g cukor: 30g zsír: 8 g só: 2,5g telített zsír: 0 g
Tízórai	POHARAS PUDING	ÜDÍTŐ	TEJ POHARAS	ÜDÍTŐ	TÚRÓ RUDI	GYÜMÖLCSLÉ SÚRÍTMÉNY	GYÜMÖLCSJOGHUR T
	Allergének: tej energia: 100 kcal szárhidr: 5,8 g fehérje: 4,3 g cukor: 0 g zsír: 6,3 g só: 0,2 g telített zsír: 0 g	Allergének: energia: 76 kcal szárhidr: 7 g fehérje: 0 g cukor: 7 g zsír: 0 g só: 0 g telített zsír: 0 g	Allergének: tej energia: 124 kcal szárhidr: 10,6 g fehérje: 6,8 g cukor: 0 g zsír: 5,6 g só: 0,3 g telített zsír: 0 g	Allergének: energia: 76 kcal szárhidr: 7 g fehérje: 0 g cukor: 7 g zsír: 0 g só: 0 g telített zsír: 0 g	Allergének: tej energia: 82 kcal szárhidr: 7,1 g fehérje: 3,3 g cukor: 0 g zsír: 4,2 g só: 0 g telített zsír: 0 g	Allergének: energia: 11 kcal szárhidr: 2,2 g fehérje: 0 g cukor: 2,2 g zsír: 0 g só: 0 g telített zsír: 0 g	Allergének: tej energia: 93 kcal szárhidr: 12,9g fehérje: 4,4 g zsír: 2,57 g zsír: 2,5 g só: 0,2 g telített zsír: 0 g
Ebéd	BURGONYA LEVES TEJFŐLÓS KARFIOL FŐZELÉK NATUR SERTÉS SZELET TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR	DARAGALUSKA LEVES NATUR SERTÉS SZELET PARADICSOM MARTÁS	ZÖLDSÉG LEVES NATUR SERTÉS SZELET ZELLERMÁRTÁS TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR	ERŐLEVES TYÚK BURGONYAPÜRÉ NATUR SERTÉS SZELET TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR	SERTÉS RAGU LEVES TEJBERLIZS TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR	KELBIMBÓ LEVES SÜLT CSIKEMELL MEGGY MÁRTÁS TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR	TARHONYALEVES TÖKFOZELÉK ZÚZA RAGU TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR
	Allergének: csillagfűt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, energia: 990 kcal szárhidr: 117,7 g fehérje: 43,3 g cukor: 0,3 g zsír: 17,8 g só: 11,8 g telített zsír: 0 g	Allergének: csillagfűt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, energia: 977 kcal szárhidr: 106,8g fehérje: 37,4 g cukor: 20,3g zsír: 25,4 g só: 11,4g telített zsír: 0 g	Allergének: csillagfűt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, energia: 707 kcal szárhidr: 77g fehérje: 36 g cukor: 4,8 g zsír: 15 g só: 7,8 g telített zsír: 0 g	Allergének: csillagfűt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, energia: 946 kcal szárhidr: 89,3 g fehérje: 42,5 g cukor: 0,2g zsír: 19,9 g só: 14,4g telített zsír: 2,4 g	Allergének: csillagfűt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, energia: 1311 kcal szárhidr: 179,7g fehérje: 53,3 g cukor: 22,5g zsír: 30,9 g só: 5,9 g telített zsír: 0 g	Allergének: csillagfűt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, energia: 1337 kcal szárhidr: 188,4g fehérje: 55,2 g cukor: 40,9g zsír: 8,9 g só: 8,3g telített zsír: 0 g	Allergének: csillagfűt, diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, energia: 1147 kcal szárhidr: 119,7g fehérje: 44,4 g cukor: 0,8g zsír: 14,5 g só: 12,4g telített zsír: 0 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Üzsonna	<p>ÖSZIBARACK</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>energia 21 kcal szénhidr: 4,5 g fehérje 0,4 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g telített zsír: 0 g</p>	<p>ALMA</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>energia 31 kcal szénhidr: 7 g fehérje 0,4 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g telített zsír: 0 g</p>	<p>GYÜMÖLCSPÉP</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>energia 0 kcal szénhidr: 0 g fehérje 0 g cukor 1,5 g zsír 0 g só 0 g telített zsír: 0 g</p>	<p>ALMA</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>energia 31 kcal szénhidr: 7 g fehérje 0,4 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g telített zsír: 0 g</p>	<p>TEJ POHARAS</p> <p><i>Allergének:</i> tej</p> <p>energia 124 kcal szénhidr: 10,6 g fehérje 6,8 g cukor 0 g zsír 5,6 g só 0,3 g telített zsír: 0 g</p>	<p>POHARAS PUDING</p> <p><i>Allergének:</i> tej</p> <p>energia 100 kcal szénhidr: 5,8 g fehérje 4,3 g cukor 0 g zsír 6,3 g só 0,2 g telített zsír: 0 g</p>	<p>GYÜMÖLCSPÉP</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>energia 0 kcal szénhidr: 0g fehérje 0 g cukor ZSÚJ 7 g zsír 0 g só 0 g telített zsír: 0 g</p>
Vacsora	<p>CITROMOS TEA BÉBI ÉTEL HÜSÖS</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 223 kcal szénhidr: 44,1 g fehérje 4,5 g cukor 44 g zsír 3,1 g só 0 g telített zsír: 0 g</p>	<p>CITROMOS TEA ZALA FELVÁGOTT TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-</p> <p>energia 722 kcal szénhidr: 105,8g fehérje 28,1 g cukor 30 g zsír 18,7 g só 3,7 g telített zsír: 0 g</p>	<p>CITROMOS TEA HALKONZERV TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, hal,</p> <p>energia 862 kcal szénhidr: 105,5g fehérje 38,8 g cukor 30 g zsír 29,4 g só 5 g telített zsír: 0 g</p>	<p>CITROMOS TEA SÜLT CSIRKECOMB TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR</p> <p><i>Allergének:</i> csilagfürt, diófélék, földimogyoró,</p> <p>energia 896 kcal szénhidr: 89,8g fehérje 44,8 g cukor 30 g zsír 10,8 g só 4,7 g telített zsír: 0 g</p>	<p>CITROMOS TEA KEPFÉS TÚRÓ TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-</p> <p>energia 651 kcal szénhidr: 11g fehérje 26,6 g cukor 30g zsír 7 g só 2,9g telített zsír: 0 g</p>	<p>CITROMOS TEA KIFLI KORPÁS TEJFŐL POHARAS</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 391 kcal szénhidr: 46,3g fehérje 7,4 g cukor 30g zsír 18,6 g só 1,8g telített zsír: 0 g</p>	<p>CITROMOS TEA SERTÉSMÁJKRÉM TELJES KIÖRLÉSŰ KENYÉR</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-</p> <p>energia 664 kcal szénhidr: 106,7g fehérje 24,3 g cukor 30g zsír 13,9 g só 3,2g telített zsír: 0 g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!