

Étkezés	2022.05.16 Hétfő	2022.05.17 Kedd	2022.05.18 Szerda	2022.05.19 Csütörtök	2022.05.20 Péntek	2022.05.21 Szombat	2022.05.22 Vasárnap
<b>Reggeli</b>	Őszibarack lekvár, Tej 1,5% [7], Félbarna kenyér [1,3,7]	Sonkás-sajtos melegszendvics [1,3,7], Paprika, Tea	Teljes kiőrlésű zsemle [1,3,7], Májkrém [6], Retek, Tej 1,5% [7]	Omlett [3,7], Újhagyma, Csipkebogyó tea, Kenyer [1,3,7]	Bajor rozskenyér [1,6], Sajtkrém [7,8], Hársfa tea, Uborka	Tejeskávé, kalács [1,3,7]	Graham kenyér, körözött, pritaminpaprika [1,3,7], Tea
<b>Ebéd</b>	Vajgaluska leves [1,3], Teljes kiőrlésű kenyér [1,3,7], Finomfőzelék [1,7], Főtt baromfivirslis [6]	Gulyásleves, Mákos tészta [1], Gyümölcs	Zöldségkrém leves [1,7,9], Fasírt sertésből [1,3,7], Petrezselymes rizs, Csemege uborka	Fejtett bableves [1,9], Fűszeres csirkeragu, Burgonyapüré [7]	Erőleves [3,8,9], Göngyölt sertéskaraj [1], Zöldséges bulgur [1]	Burgonyaleves [1], Zúzapörkölt, Tarhonya köret [1]	Magyaros karfiolleves tésztaival [1,9], Bakonyi sertésszelet [1,7], Párolt rizs
<b>Vacsora</b>	Gyros Pitában [1,3,7,8]	Vajas pogácsa [1,3,6,7]	Sült csirkecomb, Pirított burgonya	Spagetti carbonara [1,7]	Kefir [7], Korpás kifli [1]	Belga rozskenyér, margarin, szelet sajt [1,3,7]	Zsemle, felvágott [1,3,7], Paradicsom
Energia:	1 484,46kcal	1 681,10kcal	1 820,19kcal	1 793,45kcal	1 621,43kcal	1 878,66kcal	1 541,82kcal
Zsír:	41,96g	64,97g	74,78g	63,43g	67,89g	64,82g	42,70g
Fehérje:	92,60g	67,72g	79,30g	87,86g	78,12g	77,41g	69,04g
Szénhidrát:	176,18g	202,22g	216,30g	215,28g	173,94g	242,62g	215,20g
Só:	7,44g	4,13g	8,13g	8,17g	6,31g	8,51g	6,79g

**Allergének:**

1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákkfélek és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt

A változás jogát fenntartjuk!