

Étkezés	2021.11.02 Kedd	2021.11.03 Szerda	2021.11.04 Csütörtök	2021.11.05 Péntek
<b>Reggeli</b>	Briós [1,3,7], Tej 1,5% [7]	Főtt virsli [6], Tej 1,5% [7], Bajor rozskenyér [1,3,7], Zöldáru uborka	Tojásrántotta hagymával, paprikával [3], Gyümölcs tea, Félbarna kenyér [1,3,7]	Kakaós csiga [1,3,7], Tej 1,5% [7]
<b>Tízórai</b>	Alma	Narancs	Körte	Banán
<b>Ebéd</b>	Alföldi zöldségleves [9], Teljes kiőrlésű kenyér [1,3,7], Burgonyafőzelék [1,7], Csirkepörkölt	Zellerleves (magyaros) tésztával [1,9], Alma, Spenót Csirke [1,7,8], Tészta köret [1,3]	BrokkolikréMLEVES árpagyönggyel [1,3,7], Rántott hal diós bundában [1,3,4,8], Rizibizi, Tartármártás [3,7,10]	Csontleves [1], Paradicsommártás [1,9], Húsgombóc [3], Tört burgonya
<b>Vacsora</b>	Korpás zsemle tonhalkrém lenmaggal póréhagyma [1,3,4,7,10]	Sajtburger [1,3,6,7]	Csirkemell ananász mártással [1,10], Párolt zöldség	Sült karajos szendvics [1,3,7], Retek
Energia:	1 580,56kcal	1 909,15kcal	2 125,80kcal	1 731,19kcal
Zsír:	51,87g	68,51g	107,84g	61,68g
Fehérje:	72,57g	98,83g	88,32g	69,62g
Szénhidrát:	202,48g	217,51g	193,04g	223,46g
Só:	8,46g	9,32g	10,44g	7,45g

**Allergének:**

1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék 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!