

Étkezés	2022.05.30 Hétfő	2022.05.31 Kedd	2022.06.01 Szerda	2022.06.02 Csütörtök	2022.06.03 Péntek
<b>Reggeli</b>	Zabkása almával, mazsolával [1,7]	Tojásrántotta [3], Teljes kiőrlésű kenyér [1,3,7], Paprika, Tej 1,5% [7]	Kalács foszlós [1,3,7], Tej 1,5% [7]	Sonkás-sajtos melegszendvics [1,3,7], Retek, Tea	Magos zsemle, körözött, uborka [1,7,11], Tea
<b>Tízórai</b>	Briós [1,3,7]	Sajtos kifli [1,3]	Túró Rudi [5,7]	Csokis croissant [1,3,7]	Kefir [7]
<b>Ebéd</b>	Sajtkrém leves [1,7,8], Tarhonyás hús [1], Céklasaláta	Sárgaborsógulyás [1], Túrós táska [1,3,7], Gyümölcs	Paradicsomleves [1,9], Sült csirkecomb, Petrezselymes rizs, Vitamin saláta	Erőleves finommetélttel [1,3,8,9], Sóskafozelék [1,7], Főtt tojás [3], Főtt burgonya, Müzliszelet [1,5]	Zöldborsóleves [1], Mexikói sertéstokány, Bulgur [1]
<b>Uzsonna</b>	Alma	Banán	Mandarin	Kiwi	Narancs
<b>Vacsora</b>	Rántott sajt [1,3,7], Párolt rizs, Tartármártás kefirrel [3,7,10]	Korpás zsemle [1,3,7], Tonhalkrém [4,10], Póréhagyma	Tojásos galuska [1,3,7], Fejessaláta	Sonkás pizza [1,3,7]	Császárszömlé [1,3,7], Húspástétom [1,6], Paradicsom
Energia:	2 282,54kcal	1 898,36kcal	1 565,03kcal	1 955,77kcal	1 696,58kcal
Zsír:	106,98g	55,26g	54,83g	76,02g	60,90g
Fehérje:	86,73g	82,42g	53,49g	80,41g	69,11g
Szénhidrát:	237,52g	262,40g	218,43g	227,84g	215,50g
Só:	6,76g	6,91g	4,56g	5,89g	5,00g

**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. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

A változás jogát fenntartjuk!