

Étkezés	2022.05.30 Hétfő	2022.05.31 Kedd	2022.06.01 Szerda	2022.06.02 Csütörtök	2022.06.03 Péntek
Reggeli	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
Tízórai	Briós [1,3,7]	Sajtos kifli [1,3]	Túró Rudi [5,7]	Csokis croissant [1,3,7]	Kefir [7]
Ebéd	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], Sóskafozélék [1,7], Főtt tojás [3], Főtt burgonya, Müzliszelet [1,5]	Zöldborsóleves [1], Mexikói sertéstokány, Bulgur [1]
Uzsonna	Alma	Banán	Mandarin	Kiwi	Narancs
Vacsora	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:	2 569,86kcal	2 052,11kcal	1 857,32kcal	2 340,59kcal	1 880,35kcal
Zsír:	122,17g	61,81g	64,82g	95,80g	66,60g
Fehérje:	97,61g	91,92g	64,37g	93,67g	76,72g
Szénhidrát:	263,52g	276,31g	259,83g	264,81g	240,96g
Só:	7,99g	7,55g	5,59g	6,88g	5,89g

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. Csillagfürt

A változás jogát fenntartjuk!