

Étkezés	2021.10.18 Hétfő	2021.10.19 Kedd	2021.10.20 Szerda	2021.10.21 Csütörtök	2021.10.22 Péntek	2021.10.23 Szombat	2021.10.24 Vasárnap
<b>Reggeli</b>	Lekváros kenyér [1,3,7], Tej 2,8% [7]	Rozsos kenyér, margarin csemege szalámi uborka [1,3,7], Tej 1,5% [7]	Tojáslepeny zöldborsóval [3,7], Gyümölcs tea, toast kenyér teljesőrlésű [1,3,7]	Magos zsemle [1,3,7,11], Sajtkrém [7], Retek, Tej 1,5% [7]	Melegszendvics [1,3,7], Zöldáru paprika, Tej 1,5% [7]	Diákcsemege szalámi, Paradicsom, Tea, Félbarna kenyér [1,3,7]	Kalács kakaós [1,3,7], Vaj [7], Tejeskávé [7]
<b>Ebéd</b>	Csontleves [1], Zöldborsó főzelék [1,7], Sült párizsi [6], Félbarna kenyér [1,3,7]	Májgombóc (májgaluska) leves [1,3,7], Gyümölcs, Rakott tészta csirkehússal és zöldségekkel [1,3,7]	Almaleves [1,7], Sertéspörkölt, Párolt rizs, Csemege uborka	Tojásleves [1,3], Vagdalt pogácsa marhából [1,3,7], Hagymás tört burgonya	Babgulyás [1,9], Lekváros bukta [1,3,7]	Vajgaluskaleves [1,3], Sonkás makaróni [1,7]	Burgonyaleves (magyaros) [1], Borsos tokány, Petrezselymes rizs
<b>Vacsora</b>	Párolt rizs, Rántott sajt [1,3,7]	Sajtos kifli [1,3], Főtt virsli [6], Mustár [10]	fűszerekkel sült csirkecomb, Párolt zöldség	Gyros tál [7,8]	Pizzás csiga [1,7]	Szendvics szalámis [1,6,7], Reszelt sajt [7]	Sült kolbász, Teljes kiőrlésű kenyér [1,3,7], Mustár [10]
Energia:	2 363,45kcal	2 123,08kcal	1 683,37kcal	2 484,47kcal	1 860,02kcal	1 535,60kcal	2 032,64kcal
Zsír:	90,41g	84,23g	75,57g	127,37g	75,67g	56,97g	84,85g
Fehérje:	99,77g	121,24g	81,87g	119,80g	74,62g	65,54g	72,34g
Szénhidrát:	282,00g	223,30g	162,10g	207,17g	214,67g	187,33g	240,95g
Só:	11,93g	9,34g	9,93g	9,40g	6,37g	8,00g	8,71g

**Allergének:**

1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákkfélék 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!