

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 2,8% (4 dl) [7]	Főtt virsli [6], Tej 2,8% (2 dl) [7], Bajor rozskenyér [1,3,7], Zöldáru uborka	Tojásrántotta hagymával, paprikával [3], Teljes kiőrlésű kenyér [1,3,7], Tej 2,8% (2 dl) [7]	Kakaós csiga [1,3,7], Tej 2,8% (4 dl) [7]
<b>Tízórai</b>	Alma	Narancs	Körte	Banán
<b>Ebéd</b>	Alföldi zöldségleves [9], Teljes kiőrlésű kenyér [1,3,7], Banán, Burgonyafőzelék [1,7], Csirkepörkölt	Zellerleves (magyaros) tésztával [1,9], Alma, Tészta köret [1,3], Spenót Csirke [1,7,8]	Brokkolikrémleves [1,3,7], Rántott halrúd mirelit (sütőben sütve) [1,3,4], Rizi-bizi, Tartármártás [3,7,10]	Csontleves [1], Paradicsommártás [1,9], Húsgombóc [3], Tört burgonya
<b>Uzsonna</b>	Tonhalkrém [4,10], Retek, Félbarna kenyér [1,3,7]	Sajtos pogácsa [1,3,7], Tej 2,8% (2 dl) [7]	Házi almás gyümölcsjoghurt [1,7], babapiskóta [1,3]	Teljes kiőrlésű kenyér [1,3,7], Sertéssült (karaj), Retek
Energia:	945,87kcal	1 061,57kcal	890,51kcal	998,84kcal
Zsír:	31,17g	36,24g	42,82g	34,26g
Fehérje:	42,15g	53,48g	30,57g	40,96g
Szénhidrát:	122,08g	125,93g	93,30g	131,06g
Só:	3,56g	2,84g	1,96g	3,33g

A változás jogát fenntartjuk!

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], 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, Tészta köret [1,3], Spenót Csirke [1,7,8]	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>Uzsonna</b>	Korpás zsemle tonhalkrém lenmaggal póréhagyma [1,3,4,7,10]	Sajtos pogácsa [1,3,7]	Házi almás gyümölcsjoghurt [1,7], babapiskóta [1,3]	Sült karajos szendvics [1,3,7], Retek
Energia:	662,92kcal	917,37kcal	975,66kcal	936,91kcal
Zsír:	22,37g	28,04g	49,40g	26,86g
Fehérje:	33,01g	46,68g	30,97g	38,20g
Szénhidrát:	80,92g	115,33g	98,90g	134,99g
Só:	2,83g	2,65g	2,90g	3,64g

**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!