

	<b>hétfő</b> 2019.01.14	<b>kedd</b> 2019.01.15	<b>szerda</b> 2019.01.16	<b>csütörtök</b> 2019.01.17	<b>péntek</b> 2019.01.18
<b>Tízórai</b>	<b>Gyümölcs Tea, Sajtos pogácsa,</b>  E: 701(Kj) 168(KCal)F: 5(g)Kol: 40(g)Sz: 18(g)Zsir: 5(g)Cuk: 7(g)Só:0,40(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)Allergén:glutén,tejt,tojás	<b>Tej, Magyaros vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér,</b>  E: 963(Kj) 230(KCal)F: 11(g)Kol: 36(g)Sz: 32(g)Zsir: 5(g)Cuk: 0(g)Só:0,01(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)Allergén:Tej,Glutén,	<b>Karamellás tej, Sajtos kenyér, Vaj,</b>  E:1 184(Kj) 283(KCal)F: 9(g)Kol: 20(g)Sz: 31(g)Zsir: 11(g)Cuk: 5(g)Só:0,03(g)Tel.Zs: 6(g)Ca: 0(mg)Allergén:Tej,Glutén,	<b>Tej, Briós,</b>  E:1 134(Kj) 271(KCal)F: 12(g)Kol: 24(g)Sz: 39(g)Zsir: 7(g)Cuk: 0(g)Só:0,31(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)Allergén:Tej,Glutén,tojás	<b>Gyümölcs Tea, Póréhagymás vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér,</b>  E: 658(Kj) 157(KCal)F: 4(g)Kol: 9(g)Sz: 23(g)Zsir: 2(g)Cuk: 7(g)Só:0,01(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)Allergén:Tej,Glutén,
<b>Ebéd</b>	<b>Rántottleves kenyérkocka, Lecsős csirkemell csíkok, bulgur,</b>  E:2 261(Kj) 541(KCal)F: 20(g)Kol: 4(g)Sz: 30(g)Zsir: 36(g)Cuk: 0(g)Só:1,54(g)Tel.Zs: 4(g)Ca: 0(mg)Allergén:glutén	<b>Csontleves tésztával, Burgonya főzelék, Pulykabrassói feltét,</b>  E:2 559(Kj) 612(KCal)F: 30(g)Kol: 65(g)Sz: 59(g)Zsir: 44(g)Cuk: 0(g)Só:2,10(g)Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg)Allergén:Glutén,tejt,tojás	<b>Zöldborsó leves csirkemájjal, Káposztás tészta, Piskótaszélet,</b>  E:2 169(Kj) 519(KCal)F: 14(g)Kol:102(g)Sz: 36(g)Zsir: 26(g)Cuk: 19(g)Só:1,60(g)Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg)Allergén:Glutén,tejt,tojás,olajos mag	<b>Paradicsom leves, Fejtettbab főzelék, Halrudacska,</b>  E:2 272(Kj) 544(KCal)F: 27(g)Kol: 10(g)Sz: 43(g)Zsir: 24(g)Cuk: 10(g)Só:1,60(g)Tel.Zs: 2(g)Ca: 0(mg)Allergén:Glutén,tejt,tojás,hal	<b>Falusi burgonyaleves, Tejberizs, kakaószórat,</b>  E:3 039(Kj) 727(KCal)F: 21(g)Kol: 51(g)Sz:100(g)Zsir: 16(g)Cuk: 26(g)Só:2,20(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)Allergén:Glutén,Tej,olajosmag
<b>Uzsonna</b>	<b>Körözött, Teljes kiőrlésű kifli, kígyóuborka,</b>  E: 857(Kj) 205(KCal)F: 7(g)Kol: 8(g)Sz: 27(g)Zsir: 7(g)Cuk: 0(g)Só:0,69(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)Allergén:Tej,Glutén,	<b>Baromfipárizsi, Margarin, Császárzsemle, Narancs,</b>  E:1 011(Kj) 242(KCal)F: 7(g)Kol: 4(g)Sz: 44(g)Zsir: 3(g)Cuk: 0(g)Só:0,41(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)Allergén:Tej,glutén	<b>Sonkás sajtkrém, Teljes kiőrlésű kifli, Paradicsom,</b>  E: 891(Kj) 213(KCal)F: 8(g)Kol: 12(g)Sz: 27(g)Zsir: 8(g)Cuk: 0(g)Só:0,39(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)Allergén:Glutén,Tej,	<b>Edamisajt, Margarin, Teljes kiőrlésű zsemle, Alma,</b>  E:1 149(Kj) 275(KCal)F: 13(g)Kol: 32(g)Sz: 31(g)Zsir: 10(g)Cuk: 0(g)Só:0,40(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)Allergén:Tej,glutén	<b>Löncsfelvágott, Margarin, Kifli, Zöldpaprika,</b>  E: 845(Kj) 202(KCal)F: 8(g)Kol: 23(g)Sz: 27(g)Zsir: 7(g)Cuk: 0(g)Só:0,01(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)Allergén:Tej,Glutén,

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Lafisoft program <http://www.lafisoft.hu> V 2.2.1 Tel:77-425-262 lafiSoft@lafisoft.hu

Földesi Jánosné

Élelmezésvezető