



Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd - A	Lebbencs leves + Sóskamártás + Húsgombóc + Piskóta tekercs + Rozsos kenyér (ebéd)+	Gomba krémleves + Levesgyöngy + Rántott halfilé szezám+ Burgonyapüré + Fejes saláta + Korpás kenyér (ebéd) +	Kömény leves + Zsemlekočka + Gyros csirkemell + Párolt rizs + Tzatziki saláta + Korpás kenyér (ebéd) + Ívólé 100%-os /narancs/ +	Magyaros karfiol leves+ Burgonyafőzelék + Grill csirkecomb + Korpás kenyér (ebéd) + Alma +	Májgaluska leves + Túrós csusza + Körte + Kenyer félbarna E+
Összetevők	En: 1049,1 kcal Zs: 32,1 g Tz: 1,8 g Fe: 28,2 g Sz: 153,2 g Cu: 60,6 g So: 4,3 g	En: 1153,0 kcal Zs: 39,7 g Tz: 9,9 g Fe: 45,7 g Sz: 141,5 g Cu: 19,5 g So: 6,7 g	En: 930,7 kcal Zs: 25,7 g Tz: 3,1 g Fe: 36,4 g Sz: 135,8 g Cu: 27,1 g So: 4,3 g	En: 830,4 kcal Zs: 41,6 g Tz: 7,2 g Fe: 32,5 g Sz: 79,1 g Cu: 3,6 g So: 4,5 g	En: 980,4 kcal Zs: 42,3 g Tz: 4,4 g Fe: 35,6 g Sz: 110,4 g Cu: 2,0 g So: 5,2 g
Allergének	tejféle, glutén, tojás	tejféle, glutén, , szezámmag, tojás, hal,	tejféle, glutén, , , hal, szója, tojás, zeller	zeller, glutén, tejféle, tojás	zeller, glutén, tojás, tejféle,
S Energia - A	1049,1 kcal	1152,96 kcal	930,71 kcal	830,42 kcal	980,42 kcal

Jelmagyarázat: En - Energia, Fe - Fehérje, Zs - Zsír, Sz - Szénhidrát, Cu - Cukor, Tz - Telített zsírsav