

KÖZ.ISK. - F



É T L A P

Készült: "Repeta Win" szoftver-rel

2018.03.01 - 2018.03.02

9.hét



H É T F Ő

K E D D

S Z E R D A

C S Ü T Ö R T Ö K

P É N T E K

R	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u> HÚSKENYÉR (8) DELMA LIGHT KENYÉR-T.K. (1-2-8)T..... TEJ (2) TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8)	<u>Allergének</u> TONHALKRÉM (6-2) KENYÉR-KORPÁS (1-8)T..... KEFIR (2) TEJ (2) GLUTÉN (1) HAL (6) SZÓJA (8)
g				Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 455 18 17 53 2,2 5 1	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 395 16 18 33 1,0 5 1
E	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u> KARFIOLLEVES -ZÖLDSÉGES (1-3) MAGYAROS CSIRKEMÁJ (1) PÁROLT RIZS VEGYESSALÁTA GLUTÉN (1) TOJÁS (3)	<u>Allergének</u> CSONTLEVES (4-1-3) CHILISBAB (1-8-10) KENYÉR-T.K. -FŐZELÉKHEZ (1-2-8) TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3) ZELLE R (4) MUSTÁR (10)
g				Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 912 34 35 111 4,1 5 10	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 664 30 26 70 5,7 7 2
V	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u> ALMAU..... HÚSOS ZÖLDSÉGES PUFFANCS (1-3-8-2-10) TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3) MUSTÁ R (10)	<u>Allergének</u>
g				Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 634 21 26 75 2,2 5 4	

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek, kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az ételmezésvezetőnél.
A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk !

* T.Zs = Telített zsírsav

Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk !

Ételmezésvezető:..... :.....

KÖZ."B" MENÜ-F



É T L A P

Készült: "Repeta Win" szoftver-rel

2018.03.01 - 2018.03.02

9.hét



H É T F Ő

K E D D

S Z E R D A

C S Ü T Ö R T Ö K

P É N T E K

T	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>
g					
E	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>
g				KARFIOLLEVES -ZÖLDSÉGES (1-3) SERTÉSPÖRKÖLT (11) BURGONYAFŐZELEK (2-1) KENYÉR-T.K. -FŐZELEKHEZ (1-2-8) TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3) SO2 (1) 1) Kcal F Zs Sz Só T.zs CukKcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 961 31 43 95 5,0 8 7587 41 9 86 2,5 3 2	CSONTLEVES (4-1-3) CSŐBENSÜLT ZÖLDSÉGES CSIRKE (2-1-3) TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3) ZELLER (4)
U	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>
g					

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek, kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az ételmezésvezetőnél.
A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk !

* T.Zs = Telített zsírsav

Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk !



H É T F Ő

K E D D

S Z E R D A

C S Ü T Ö R T Ö K

P É N T E K

S Z O M B A T

R

g

E

g

V

g

TEJ(2) DELMA LIGHT ZSEMLE-T.K. (1-8)T..... SÁRGABARACK LEKVÁR KENYÉR-T.K. (1-2-8) <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 564 17 11 97 2,4 2 12	PADLIZSÁNKRÉM MARGARINNAL (2-10) KENYÉR-T.K. (1-2-8)T..... KAKAÓ (2) <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) MUSTÁR (10)) Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 456 13 17 60 2,6 5 5	MÁJUSI FELVÁGOTT (8) KENYÉR-T.K. (1-2-8) DELMA - MULTIVITAMINOST..... TEJ (2) <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 513 18 24 53 2,4 7 1	TEA GYÜMÖLCSÖS SÜLT PAPRIKÁS SAJTKRÉM (2) KENYÉR-T.K. (1-2-8)T..... MIXXEL SZÓRT CSIGA (1-2-3) <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3) Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 535 11 15 85 2,0 3 20	SONKAKRÉM (2) RETEK ROZSKENYÉR (1-8)T..... TEJ (2) <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 449 17 19 49 1,9 6 1	LÖNCS FELVÁGOTT (8) DELMA - JOGHURTOS (2) KENYÉR-T.K. (1-2-8) LILAHAGYMAT..... TEA GYÜMÖLCSÖS <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 469 11 19 60 2,2 2 16
BROKKOLI LEVES (1-2) LEVESGYÖNGY (1-2-3) HENTESTOKÁNY SERTÉSHÚSBÓL (1) KUKORICÁS RIZS <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3) Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 853 32 37 92 4,8 10 1	RESZELTTÉSZTA LEVES (1-3-4) SÜLT RUDACSKA ZÖLDBORSÓFŐZELÉK (1-2) KENYÉR - FŐZELÉKHEZ (1) <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3) ZELLER (4)) Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 751 30 30 87 4,9 7 6	FAHÉJAS ALMALEVES (1-2) RÁNTOTT CSIRKEMELL (1-2-3-8-9) PETREZSELYMES BURGONYA KÁPOSZTASALÁTA <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3) DIÓFÉLE (9) Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 847 31 21 114 3,3 3 22	ZELLERES BURGONYALEVES (1-4) SERTÉSSÜLT (1) PARADICSOMOS KÁPOSZTA (1) KENYÉR - FŐZELÉKHEZ (1) <u>Allergének</u> GLUTÉN (1) ZELLER (4) Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 837 32 28 103 4,2 4 25	BAGGYLÁS (4) DEJÓS-DIÓSMETÉLT (1-3-9) KENYÉR-HÚSOSLEVESHEZ (1) MANDARIN <u>Allergének</u> GLUTÉN (1) TOJÁS (3) ZELLER (4) DIÓFÉLE (9) Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 1173 49 33 158 4,9 6 24	DARAGALUSKA-LEVES (4-1-3) FŐTT SERTÉSHÚS SÓSKAMÁRTÁS (2-1) FŐTT BURGONYA <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3) ZELLER (4)) Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 651 28 15 85 2,9 4 17
MANDARINU..... TÚRÓSCSUSZA (1-3-2) <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3) Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 654 25 30 71 2,1 10 2	TEA GYÜMÖLCSÖSU..... PIZZA - SAJÁT (1-2-3-8) <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3) Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 671 28 24 82 3,1 8 20	SALÁTA FRISSU..... SÜLT CSIRKECOMB (2) RIZIBIZI <u>Allergének</u> TEJ (2) Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 640 47 20 64 3,9 3 0	ALMAU..... SÜLT DEBRECENI MUSTÁR (10) KENYÉR FÉLBARNA (1) <u>Allergének</u> GLUTÉN (1) MUSTÁR (10) Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 420 20 17 46 2,0 6 2	SALÁTA FRISSU..... RAKOTTBURGONYA KOLBÁSSZAL (2-8-10-3) <u>Allergének</u> TEJ (2) SZÓJA (8) TOJÁS (3) MUSTÁR (10)) Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 660 22 34 51 2,7 13 0	

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek, kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az ételmezésvezetőnél.

A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat, melyért elnézést kérünk!

* T.Zs = Telített zsírsav

Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk!

Ételmezésvezető:.....

.....

.....

KÖZ. "B" MENÜ-F



É T L A P

Készült: "Repeta Win" szoftver-rel

2018.03.05 - 2018.03.10

10.hét

H É T F Ő

K E D D

S Z E R D A

C S Ü T Ö R T Ö K

P É N T E K

S Z O M B A T

T

g

AllergénekAllergénekAllergénekAllergénekAllergénekAllergének

E

g

BROKKOLI LEVES (1-2)
LEVESGYÖNGY (1-2-3)
TAVASZI TOKÁNY (1)
ZÖLDSÉGES KUSZKUSZ (1-2)

Allergének

TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3)

Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk
697 27 34 68 4,9 9 0

RESZELTTÉSZTA
LEVES (1-3-4)
RAKOTT ZÖLDBAB (2)
KENYÉR - FŐZELEKHEZ (1)

Allergének

TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3) ZELLER (4)

Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk
886 36 43 86 4,5 10 1

FAHÉJAS ALMALEVES (1-2)
TÖLTÖTT
SERTÉSSZELET (1-2-3)
VAJAS BURGONYA

Allergének

TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3)

Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk
713 31 17 87 3,3 5 17

ZELLERES
BURGONYALEVES (1-4)
BESAMELES
ZÖLDSÉGESTÁL (2-3-1)
GRILL CSIRKECOMB (2)

Allergének

TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3) ZELLER (4)

Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk
583 36 26 45 4,4 5 0

BABGULYÁS (4)
KENYÉR-HÚSOSLEVESHEZ (1)
KÁPOSZTÁS
SZTRAPACSKA (1-3)
MANDARIN

Allergének

GLUTÉN (1) TOJÁS (3) ZELLER (4)

Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk
1094 47 28 153 4,4 4 4

DARAGALUSKA-LEVES (4-1-3)
PAPRIKÁS BURGONYA
VIRSLIS (11)
CSEMEGE UBORKA

Allergének

GLUTÉN (1) TOJÁS (3) ZELLER (4) SO2 (11)

Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk
690 20 37 56 4,1 9 2

U

g

AllergénekAllergénekAllergénekAllergénekAllergénekAllergének

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek, kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az ételmezésvezetőnél.

A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat, melyért elnézést kérünk!

* T.Zs = Telített zsírsav

Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk!

Ételmezésvezető:.....

.....

.....

KÖZ.ISK. - F



É T L A P

Készült: "Repeta Win" szoftver-rel

2018.03.12 - 2018.03.14

11.hét



H É T F Ő

K E D D

S Z E R D A

C S Ü T Ö R T Ö K

P É N T E K

R	TÚRISTA FELVÁGOTT(2-8-10) DELMA - MULTIVITAMINOS KENYÉR-T.K. (1-2-8)T..... TEJ(2) <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) MUSTÁR (10)	PAPRIKA TV ZALA FELVÁGOTT DELMA LIGHT ROZSKENYÉR (1-8)T..... KAKAÓ (2) <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8)	TEA GYÜMÖLCSÖS TÚRÓKRÉM SZEZÁMOS(2-5) KENYÉR-KORPÁS (1-8)T..... KIFLI TEJES (1-2) DELMA LIGHT RETEK <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) SZEZÁMMAG (5)	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>
	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 555 23 26 53 3,2 9 1	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 434 19 15 53 2,4 5 5	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 470 17 11 68 2,1 2 18		
E	KARALÁBÉLEVES MAGYAROS(4-1-3) ZÖLDFÜSZ. VAJAS CSIRKEMELL PÁROLT RIZS MANDARIN <u>Allergének</u> GLUTÉN (1) TOJÁS (3) ZELLER (4)	KACSACSONTLEV. CSIGATÉSZTÁVA(4-1-3) SÜLT DEBRECENI BURGONYAFŐZELÉK (2-1) KENYÉR-T.K. -FŐZELÉKHEZ (1-2-8) <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3) ZELLE R (4)	ZÖLDSÉGLEVES (4) KUKORICÁS GALUSKA(1-3) BOLOGNAI SPAGETTI- SAJTAL (1-3-2) ALMA <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3) ZELLER (4)	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>
	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 799 34 24 109 3,5 3 1	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 778 29 30 89 4,4 10 6	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 774 31 30 92 3,5 7 7		
V	ALMAU..... SERTÉSPÖRKÖLT (11) TEJFÖLŐS KARFIOLFŐZELÉK(2-1) KENYÉR - FŐZELÉKHEZ (1) <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SO2 (11)	TEA - CITROMOSU..... HÚSOS ZÖLDSÉGES PUFFANCS (1-3-8-2-10) <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3) MUSTÁ R (10)	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>
	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 736 32 32 74 4,4 6 2	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 669 20 26 84 4,1 5 24			

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek, kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az élelmezésvezetőnél.
A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk !

* T.Zs = Telített zsírsav

Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk !

Élelmezésvezető:..... :.....

KÖZ. "B" MENÜ-F



É T L A P

Készült: "Repeta Win" szoftver-rel

2018.03.12 - 2018.03.14

11.hét



H É T F Ő

K E D D

S Z E R D A

C S Ü T Ö R T Ö K

P É N T E K

T	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>
g					
E	KARALÁBÉLEVES MAGYAROS (4-1-3) LECSÓS SERTÉSSZELET (1) PÁROLT RIZS MANDARIN <u>Allergének</u> GLUTÉN (1) TOJÁS (3) ZELLER (4)	KACSA SONTLEV. CSIGATÉSZTÁVA (4-1-3) ERDÉLYI RAKOTT KÁPOSZTA (2) KENYÉR-FÉLADAG (1) <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3) ZELLER (4)	ZÖLDSÉGLEVES (4) KUKORICÁS GALUSKA (1-3) TEMESVÁRI SERTÉSTOKÁNY (1-2) DURUMTÉSZTA (1-3) ALMA <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3) ZELLER (4)	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 892 29 33 116 5,2 5 2	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 691 33 38 57 6,6 8 1	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 803 31 31 98 4,9 7 3		
U	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>
g					

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek, kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az ételmezésvezetőnél.
A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk !

* T.Zs = Telített zsírsav

Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk !

KÖZ.ISK. - F



É T L A P

Készült: "Repeta Win" szoftver-rel

2018.03.19 - 2018.03.23

12.hét



H É T F Ő

K E D D

S Z E R D A

C S Ü T Ö R T Ö K

P É N T E K

R	FŐTT TOJÁS (3) KENYÉR-T.K. (1-2-8) DELMA - MULTIVITAMINOST..... TEJ (2)	TAVASZI ROLÁD (8) DELMA LIGHT KENYÉR - MAGVAS (1-8)T..... KIFLI TEJES (1-2) JOGHURT NATUR (2)	LAPKA SAJT (2) DELMA - JOGHURTOS (2) KENYÉR-T.K. (1-2-8)T..... TEA GYÜMÖLCSÖS	TEA - CITROMOS CSIRKEMELL CSEMEGE ROZSKENYÉR (1-8) RETEKT..... DELMA - MULTIVITAMINOS MAGVAS ZSEMLE (1)	MÁJUSI FELVÁGOTT (8) DELMA LIGHT KENYÉR-T.K. (1-2-8)T..... TEJESKÁVÉ (2)
	<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3)	<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8)	<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8)	<u>Allergének</u> GLUTÉN (1) SZÓJA (8)	<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8)
	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 462 17 19 53 1,6 6 1	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 474 21 16 60 2,8 5 2	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 401 9 12 58 1,9 4 17	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 548 14 12 89 2,9 3 22	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 589 18 20 79 2,5 4 26
E	SÜTŐTÖKKRÉMLEVES (2-1) PIRÍTOTT TÖKMAG (7-9) BÁCSKAI RIZSESHÚS (11) KÁPOSZTASALÁTA	TAVASZI ZÖLDSÉGLEVES (4) ZABGALUSKA LEVESBETET (1-3) VAGDALT POGÁCSA (1-2-3) KELKÁPOSZTA FŐZELÉK (1) KENYÉR-T.K. - FŐZELÉKHEZ (1-2-8) LINZERKARIKA (1)	GYÜMÖLCSLEVES (1-2) MEXIKOI CSIRKEMELLRAGU (1) FŐTT BURGONYA	FEHÉRBABLEVES F.HÚSSAL (4-1-3) TEJBEDARA (2-1) KAKAÓSZÓRAT ALMA	MAGYAROS BURGONYALEVES (1-4) FOKHAGYMÁS APRÓPECSENYE TÖKFŐZELÉK (2-1) KENYÉR - FŐZELÉKHEZ (1)
	<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) DIÓFÉLE (9) MOGYORÓ (7) S O2 (11)	<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3) ZELLE R (4)	<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1)	<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3) ZELLER (4)	<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) ZELLER (4)
	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 790 30 26 104 3,5 5 15	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 1052 28 46 114 4,0 13 14	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 682 30 10 99 3,4 2 16	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 744 31 17 114 3,9 7 32	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 776 31 32 83 5,1 7 7
V	MÜZLI SZELET-GYÜMÖLCSÖS (1-7-8)U..... KOLBÁSZOS ZÖLDSÉGRAKOTTAS (2-1-8-10)	ALMAU..... TEJSZÍNES SPENÓTOS METÉLT (1-3-2)	MANDARINU..... PIZZA - SAJÁT (1-2-3-8)	BRIÓS (1-2-3)U..... SÜLTKOLBÁSZ (2-8-10) PARADICSOMOS BURGONYAFŐZELÉK (1) KENYÉR-T.K. - FŐZELÉKHEZ (1-2-8)	
	<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) MUSTÁR (10) MOG YORÓ (7)	<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3)	<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3)	<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3) MUSTÁ R (10)	<u>Allergének</u>
	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 545 19 23 59 2,6 10 6	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 451 14 12 73 1,4 3 2	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 657 29 25 78 3,1 8 5	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 907 28 35 109 2,9 13 18	

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek, kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az ételmezésvezetőnél.

A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk !

* T.Zs = Telített zsírsav

Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk !

Ételmezésvezető:.....

:.....

.....

KÖZ. "B" MENÜ-F



É T L A P

Készült: "Repeta Win" szoftver-rel

2018.03.19 - 2018.03.23

12.hét



H É T F Ő

K E D D

S Z E R D A

C S Ü T Ö R T Ö K

P É N T E K

T	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>
g					
E	SÜTŐTÖKKRÉMLEVES (2-1) PIRÍTOTT TÖKMAG (7-9) GOMBÁS SERTÉSSZELET (1) PÁROLT RIZS KÁPOSZTASALÁTA <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) DIÓFÉLE (9) MOGYORÓ (7)	TAVASZI ZÖLDSÉGLEVES (4) ZABGALUSKA LEVESBETET (1-3) RAKOTTBURGONYA KOLBÁSSZAL (2-8-10-3) CSEMEGE UBORKA <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3) ZELLE R (4) MUSTÁR (10)	GYÜMÖLCSLEVES (1-2) GRILL CSIRKECOMB (2) BURGONYAKROKETT FÉLADAG PÁROLT ZÖLDSÉG FÉLADAG (2) <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1)	FEHÉRBABLEVES F. HÚSSAL (4-1-3) KÁPOSZTÁS KOCKA (1-3) ALMA <u>Allergének</u> GLUTÉN (1) TOJÁS (3) ZELLER (4)	MAGYAROS BURGONYALEVES (1-4) RAKOTT BROKKOLI (2) KENYÉR-FÉLADAG (1) <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) ZELLER (4)
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 955 35 34 121 4,3 6 14	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 750 25 37 64 3,5 14 0	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 716 40 23 83 1,7 4 16	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 882 32 33 111 4,8 7 6	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 799 29 42 64 3,0 7 1
U	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>
g					

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek, kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az ételmezésvezetőnél.
A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk !

* T.Zs = Telített zsírsav

Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk !

Ételmezésvezető:.....

KÖZ. ISK. - F



É T L A P

Készült: "Repeta Win" szoftver-rel

2018.03.26

- 2018.03.30

13.hét



H É T F Ő

K E D D

S Z E R D A

C S Ü T Ö R T Ö K

P É N T E K

R	PRITAMINOS FELVÁGOTT (8) DELMA LIGHT DURUM KENYÉR (1-8)T..... JOGHURT NATUR (2)							ZÖLDFÜSZERES VAJKRÉM (2) KENYÉR - MAGVAS (1-8) RETEKT..... TEJESKÁVÉ (2)							TEA - CITROMOS KOCKASAJT KICSI (2) KIFLI TEJES (1-2)T..... ZSEMLE (1) DELMA - MULTIVITAMINOS							SAJTOS BAROMFI PÁRIZSI (2) DELMA - MULTIVITAMINOS KENYÉR-T.K. (1-2-8)T..... TEJ (2)							OLASZ FELVÁGOTT DELMA LIGHT KENYÉR-T.K. (1-2-8)T..... KEFIR (2)						
	<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8)							<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8)							<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1)							<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8)							<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8)						
	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk
g	570	27	23	60	3,1	6	0	503	14	20	62	1,6	9	26	549	15	18	78	1,4	7	23	468	17	20	53	2,4	6	1	490	16	23	53	2,4	5	1
E	ZELLERKRÉMLEVES (4-2-1) LEVESGYÖNGY (1-2-3) TAVASZI TOKÁNY (1) PÁROLT RIZS UBORKASALÁTA							HAMIS GULYÁSLEVES (1-2-3-4) SÜLTKOLBÁSZ (2-8-10) ZÖLDBABFŐZELÉK (1-2) KENYÉR - FŐZELÉKHEZ (1) LINZERKARIKA (1)							PARADICSOMLEVES (4-1-3) RÁNTOTT HALFILÉ (6-1-2-3-8-9) VAJAS BURGONYA KÁPOSZTASALÁTA							MÁJGALUSKALEVES (4-1-2-3-8-9) PÁSZTORBULGUR (1-8) CÉKLASALÁTA							SERTÉSRAGULEVES (4-1-3) DARÁSMETÉLT (1-3) ALMA						
	<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3) ZELLER (4)							<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3) ZELLE R (4) MUSTÁR (10)							<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) HAL (6) SZÓJA (8) TOJÁS (3) ZELLER (4) DIÓFÉLE (9)							<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3) ZELLE R (4) DIÓFÉLE (9)							<u>Allergének</u> GLUTÉN (1) TOJÁS (3) ZELLER (4)						
	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk
g	834	27	29	110	5,5	7	7	1113	33	52	119	5,5	23	20	932	30	29	121	4,3	4	27	936	32	46	89	6,3	10	11	840	28	25	122	3,5	4	33
V	GOFRI (1-3-7-8-9)U..... BURGONYAFŐZELÉK (2-1) VAGDALT POGÁCSA KÖLESSEL (3-1-2-8-9) KENYÉR-T.K. - FŐZELÉKHEZ (1-2-8)							ALMAU..... SONKÁS CARBONÁRÁS PENNE (1-3-2)							VEGYES KOMPÓT KENYÉR-T.K. (1-2-8) PAPRIKA TV CSIRKEMÁJ RIZOTTÓ-SAJTSZÓRAT (11-2)U.....							BANÁNU..... TEA - CITROMOS BUNDÁSKENYÉR (1-3)													
	<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3) DIÓFÉ LE (9) MOGYORÓ (7)							<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3)							<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) SO2 (11)							<u>Allergének</u> GLUTÉN (1) TOJÁS (3)							<u>Allergének</u>						
	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk	Kcal	F	Zs	Sz	Só	T.zs	Cuk
g	950	26	40	105	3,7	7	10	474	17	14	70	3,4	4	2	853	35	22	124	2,3	5	12	608	15	11	115	2,4	2	21							

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek, kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az ételmezésvezetőnél.

A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat, melyért elnézést kérünk!

* T.Zs = Telített zsírsav

Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk!

Ételmezésvezető:.....

:.....

.....

KÖZ. "B" MENÜ-F



É T L A P

Készült: "Repeta Win" szoftver-rel

2018.03.26 - 2018.03.30

13.hét



H É T F Ő

K E D D

S Z E R D A

C S Ü T Ö R T Ö K

P É N T E K

T	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>
g					
E	ZELLERKRÉMLEVES (4-2-1) LEVESGYÖNGY (1-2-3) TÖLTÖTT SERTÉSSZELET (1-2-3) PETREZSELYMES BURGONYA UBORKASALÁTA <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3) ZELLER (4)	HAMIS GULYÁSLEVES (1-2-3-4) CSIRKEPAPRIKÁS (2-1-11) DURUMTÉSZTA (1-3) <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3) ZELLER (4) SO2 (11)	PARADICSOMLEVES (4-1-3) SÜLT CSIRKECOMB-MUSTÁROS (2-10) SÁRGARÉPÁS RIZS KÁPOSZTASALÁTA <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3) ZELLER (4) MUSTÁR (10)	MÁJGALUSKALEVES (4-1-2-3-8-9) SÜLT RUDACSKA KARALÁBÉFŐZELÉK (1-2) KENYÉR - FŐZELÉKHEZ (1) <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3) ZELLER (4) DIÓFÉLE (9)	SERTÉSRAGULEVES (4-1-3) SAJTOSTÉSZTA (1-3-2) ALMA <u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3) ZELLER (4)
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 718 32 21 76 4,4 7 7	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 885 37 39 89 3,5 7 3	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 843 37 26 108 3,8 4 27	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 795 31 37 82 5,4 9 6	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 807 39 37 78 3,5 14 2
U	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>
g					

Az itt megjelölt allergén információk tájékoztató jellegűek, kérjük, hogyha kérdése van ezzel kapcsolatban érdeklődjön az ételmezésvezetőnél.
A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk !

* T.Zs = Telített zsírsav

Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk !