

KÖZ.ISK. - F



É T L A P

Készült: "Repeta Win" szoftver-rel

2018.06.01 - 2018.06.01

22.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	Allergének	Allergének	Allergének	Allergének	ZÖLDFÜSZERES VAJKRÉM(2) KENYÉR-T.K. (1-2-8)T..... TEA GYÜMÖLCSÖS Allergének TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8)
g					Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 445 6 19 59 1,8 8 16
E	Allergének	Allergének	Allergének	Allergének	ROZMARINGOS PULYKARAGULEVES (4-1-3) SONKÁS CARBONÁRÁS PENNE (1-3-2) ALMA Allergének TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3) ZELLER (4)
g					Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 702 32 28 80 4,5 6 2
V	Allergének	Allergének	Allergének	Allergének	Allergének
g					

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket !
A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk !

* T.Zs = Telített zsírsav

Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk !

KÖZ."B" MENÜ-F

Készült: "Repeta Win" szoftver-rel



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>	<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>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>
g									
U									
	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>	<u>Allergének</u>
g									

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket !
A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk !

* T.Zs = Telített zsírsav

Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk !



KÖZ.ISK. - F

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	SAJTKRÉM - NATÚR(2) KENYÉR - MAGVAS(1-8)T..... TEA - CITROMOS										PRITAMINOS HÚSKENYÉR(8) DELMA - MULTIVITAMINOS ROZSKENYÉR(1-8)T..... KAKAÓ(2)										TEA GYÜMÖLCSÖS DELMA LIGHT KENYÉR-T.K.(1-2-8)T..... KOCKASAJT SONKÁS(2) KIFLI TEJES(1-2)										TEA - CITROMOS TÚRÓSTÁSKA(1-2)T..... KIFLI-SZEZÁMOS LENMAGVAS(1-2-5) RÁMA HARMÓNIA(2)										KOLBÁSZKRÉM(8-2) KENYÉR-T.K.(1-2-8)T..... TEJ(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) SZÓJA(8)										<u>Allergének</u> TEJ(2) GLUTÉN(1) SZEZÁMMAG(5)										<u>Allergének</u> TEJ(2) GLUTÉN(1) SZÓJA(8)									
	g	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														
	283	9	5	48	1,5	3	23	534	25	24	51	2,6	6	5	566	15	17	85	2,2	5	18	528	6	24	63	1,0	1	28	524	15	26	53	2,6	8	1															
E	TEJSZÍNES HAGYMAKRÉMLEVES(2(4) NYÁRI ZÖLDSÉGES APRÓHÚS(11) TARHONYAKÖRET(1-3) VEGYESKOMPÓT										HAMIS GULYÁSLEVES(1-3-4) SERTÉSSÜLT(1) ÚJ KARALÁBÉFŐZELÉK(1-2) KENYÉR-T.K.-FŐZELÉKHEZ(1-2-8)										SÓSKAKRÉMLEVES(2-1) LEVESGYÖNGY(1-2-3) BORSODI FOKHAGYMÁS SZELET(2-1) PÁROLT RIZS SÁRGARÉPÁS KÁPOSZTASALÁTA										OLASZ ZÖLDSÉGLEVES(4-1-3) BURGONYAFŐZELÉK(2-1) SÜLTKOLBÁSZ(2-8-10) KENYÉR-T.K.-FŐZELÉKHEZ(1-2-8)										MÁJGALUSKALEVES(4-1-2-3-8-9) TÖLTÖTT GOMBÓC(1-3-2-8-9) EPER									
	<u>Allergének</u> TEJ(2) GLUTÉN(1) TOJÁS(3) SO2(11)										<u>Allergének</u> TEJ(2) GLUTÉN(1) SZÓJA(8) TOJÁS(3) ZELLE R(4)										<u>Allergének</u> TEJ(2) GLUTÉN(1) TOJÁS(3)										<u>Allergének</u> TEJ(2) GLUTÉN(1) SZÓJA(8) TOJÁS(3) ZELLE R(4) MUSTÁR(10)										<u>Allergének</u> TEJ(2) GLUTÉN(1) SZÓJA(8) TOJÁS(3) ZELLE R(4) DIÓFÉLE(9)									
	g	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														
	760	34	29	90	5,6	7	12	782	30	34	82	3,8	6	7	1084	35	46	126	4,5	9	19	917	26	42	90	5,6	15	6	774	24	20	120	3,8	4	6															
V	POGÁCSA-MAGVAS-KÖZEPES(1-2-3-9)U..... KELKÁPOSZTA FŐZELÉK(1) SÜLT BÉCSI RUDACSKA KARIKA KENYÉR-T.K.-FŐZELÉKHEZ(1-2-8)										ALMAU..... HENTESTOKÁNY SERTÉSHÚSBÓL(1) PÁROLT RIZS										TEA - CITROMOSU..... HÚSOS ZÖLDSÉGES PUFFANCS(1-3-8-2-10)										SALÁTA FRISSU..... SERTÉSPÖRKÖLT(11) GALUSKA(1-3)																			
	<u>Allergének</u> TEJ(2) GLUTÉN(1) SZÓJA(8) TOJÁS(3) DIÓFÉLE(9)										<u>Allergének</u> GLUTÉN(1)										<u>Allergének</u> TEJ(2) GLUTÉN(1) SZÓJA(8) TOJÁS(3) MUSTÁR(10)										<u>Allergének</u> GLUTÉN(1) TOJÁS(3) SO2(11)										<u>Allergének</u>									
	g	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														
	847	24	47	74	4,3	11	0	820	29	34	95	4,7	7	1	669	20	26	84	4,1	5	24	845	36	35	92	1,0	6	2																						

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket !

A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk !

* T.Zs = Telített zsírsav

Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk !

KÖZ. "B" MENÜ-F



É T L A P

Készült: "Repeta Win" szoftver-rel

2018.06.04 - 2018.06.08

23.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	TEJSZÍNES HAGYMAKRÉMLEVES (2 (4) VAGDALT POGÁCSA (1-2-3) KELKÁPOSZTA FŐZELÉK (1) KENYÉR-T.K.-FŐZELÉKHEZ (1-2-8)										HAMIS GULYÁSLEVES (1-3-4) HENTESTOKÁNY SERTÉSHÚSBÓL (1) PÁROLT RIZS										SÓSKAKRÉMLEVES (2-1) LEVESGYÖNGY (1-2-3) RAKOTTBURGONYA KOLBÁSSZAL (2-8-3-1) SÁRGARÉPÁS KÁPOSZTASALÁTA										OLASZ ZÖLDSÉGLEVES (4-1-3) SERTÉSPÖRKÖLT (11) GALUSKA (1-3) UBORKASALÁTA										MÁJGALUSKALEVES (4-1-2-3-8-9) KÁPOSZTÁS KOCKA (1-3) EPER									
	<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3)										<u>Allergének</u> GLUTÉN (1) TOJÁS (3) ZELLER (4)										<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3)										<u>Allergének</u> GLUTÉN (1) TOJÁS (3) ZELLER (4) SO2 (11)										<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3) ZELLER (4) DIÓFÉLE (9)									
g	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									
	816 25 41 77 4,5 7 1										943 31 42 101 5,6 8 2										1058 29 55 91 6,7 20 18										995 39 41 110 6,7 7 9										730 22 30 90 3,6 4 12									
U	<u>Allergének</u>										<u>Allergének</u>										<u>Allergének</u>										<u>Allergének</u>										<u>Allergének</u>									
	g																																																	

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket !
A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk !

* T.Zs = Telített zsírsav

Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk !

Élelmezésvezető:.....

KÖZ. ISK. - F



É T L A P

Készült: "Repeta Win" szoftver-rel

2018.06.11 - 2018.06.15

24.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	TOAST FELVÁGOTT(8) FLORIN MARGARIN KENYÉR-T.K. (1-2-8)T..... TEA GYÜMÖLCSÖS							TEA - CITROMOS LAPKA SAJT(2) KORPÁS ZSEMLE (1-2)T..... DELMA LIGHT KIFLI TEJES (1-2)							PULYKAMELL CSEMEGE(1-8) RÁMA HARMÓNIA(2) KENYÉR-T.K. (1-2-8)T..... TEJ(2)							SAJTKRÉM - MAGYAROS(2) KENYÉR FÉLBARNA(1)T..... TEA GYÜMÖLCSÖS							TEPERTŐKRÉM(2-10) 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)							<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) MUSTÁR(10)										
	g	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			
	536	11	27	58	2,0	3	16	461	11	8	60	1,5	2	23	570	20	29	53	2,0	6	1	301	11	5	52	1,8	2	19	751	18	41	52	2,4	17	1				
E	TARHONYALEVES BURGONYÁVAL(1-3) KAPROS HALRAGU (6-2) PETREZSELYMES RIZS							ZÖLDSÉGLEVES(4) KUKORICÁS GALUSKA(1-3) ZABPELYHES PAR.KÁPOSZTA(1) SERTÉSPÖRKÖLT(11) KENYÉR-T.K. -FŐZELÉKHEZ (1-2-8) ALMA							CITROMOS ZELLERKRÉMLEVES(4-2) PÁRIZSI CSIRKEMELL(1-3-2) VAJAS BURGONYA(2) KÁPOSZTASALÁTA							SAVANYÚ TOJÁSLEVES(3-1) ZÖLDBORSÓFŐZELÉK(1-2) ÍZES PULYKATOKÁNY(11) KENYÉR-T.K. -FŐZELÉKHEZ (1-2-8) POGÁCSA-VAJAS (1-2-3)							NYÁRI HÚSLEVES SPÁRGÁVAL KRUMPLISTÉSZTA F.SZALONNÁVAL(1-3) UBORKASALÁTA										
	<u>Allergének</u> TEJ(2) GLUTÉN(1) HAL(6) TOJÁS(3)							<u>Allergének</u> TEJ(2) GLUTÉN(1) SZÓJA(8) TOJÁS(3) ZELLE R(4) SO2(11)							<u>Allergének</u> TEJ(2) GLUTÉN(1) TOJÁS(3) ZELLER(4)							<u>Allergének</u> TEJ(2) GLUTÉN(1) SZÓJA(8) TOJÁS(3) SO2(1 1)							<u>Allergének</u> GLUTÉN(1) TOJÁS(3)										
	g	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			
	773	23	29	98	2,0	6	1	903	35	36	106	6,2	6	23	786	34	29	77	4,3	7	6	996	41	42	107	4,8	5	6	636	31	13	89	3,9	5	8				
V	ALMAU..... RAKOTT ZÖLDBAB(2-1) KENYÉR-FÉLADAG(1)							LIMONÁDÉU..... HÚSOS-HALAS PENNE SAJTAL(1-6-2)							VEGYESKOMPÓTU..... PÁSZTORBULGUR(11-8)							TEA - CITROMOSU..... PIZZA - SAJÁT(1-2-3-8)																	
	<u>Allergének</u> TEJ(2) GLUTÉN(1)							<u>Allergének</u> TEJ(2) GLUTÉN(1) HAL(6)							<u>Allergének</u> GLUTÉN(1) SZÓJA(8) SO2(11)							<u>Allergének</u> TEJ(2) GLUTÉN(1) SZÓJA(8) TOJÁS(3)							<u>Allergének</u>										
	g	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			
	837	25	49	72	2,8	9	1	638	28	24	71	1,8	6	15	741	23	38	70	2,4	7	11	692	28	24	87	1,8	8	26											

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket !

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

2018.06.11 - 2018.06.15

24.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	TARHONYALEVES BURGONYÁVAL (1-3) RAKOTT ZÖLDBAB (2-1) KENYÉR-FÉLADAG (1)																				ZÖLDSÉGLEVES (4) KUKORICÁS GALUSKA (1-3) HÚSOS-HALAS PENNE SAJTTEL (1-6-2) ALMA																				CITROMOS ZELLERKRÉMLEVES (4-2) PÁSZTORBULGUR (11-8) KÁPOSZTASALÁTA																				SAVANYÚ TOJÁSLEVES (3-1) GOMBÁS SERTÉS APRÓ TEJSZÍNES SPENÓTOS METÉLT (1-3-2)																				NYÁRI HÚSLEVES SPÁRGÁVAL FÁNK LEKVÁROS (1-3-2) ALMA																			
	<u>Allergének</u>																				<u>Allergének</u>																				<u>Allergének</u>																				<u>Allergének</u>																				<u>Allergének</u>																			
	TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3)																				TEJ (2) GLUTÉN (1) HAL (6) TOJÁS (3) ZELLER (4)																				TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) ZELLER (4) SO2 (11)																				TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3)																				TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3)																			
g	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																																																																	
	945	28	55	78	4,1	10	2	746	32	27	90	3,4	6	5	869	26	46	76	4,0	10	7	531	16	21	68	2,4	5	2	779	30	15	124	1,8	2	29																																																																	
U	<u>Allergének</u>																				<u>Allergének</u>																				<u>Allergének</u>																				<u>Allergének</u>																				<u>Allergének</u>																			
	g																																																																																																			

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket !
A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk !

* T.Zs = Telített zsírsav

Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk !



KÖZ.ISK. - F

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	PIKNIK SZELET DELMA LIGHT KENYÉR-T.K. (1-2-8)T..... TEJ(2)								FŐTT TOJÁS(3) DELMA - MULTIVITAMINOS KENYÉR-KORPÁS(1-8)T..... KEFIR(2) KIFLI TEJES(1-2)								KAKAO(2) ZÖLDSÉGES FELVÁGOTT KENYÉR-T.K. (1-2-8)T..... DELMA LIGHT MAGVAS ZSEMLE(1)								KOCKASAJT SONKÁS(2) KIFLI TEJES(1-2) DELMA - JOGHURTOS(2) KENYÉR-BURGONYÁS(1-8)T..... TEA GYÜMÖLCSÖS								VAJKRÉM SÁRGARÉPÁS(2) KENYÉR-T.K. (1-2-8)T..... TEJ(2)							
	<u>Allergének</u> TEJ(2) GLUTÉN(1) SZÓJA(8)								<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> TEJ(2) GLUTÉN(1) SZÓJA(8)							
	g	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				
	487	18	21	53	2,8	6	1	558	21	22	60	1,5	6	2	613	21	17	90	3,4	7	6	580	16	20	81	1,7	7	18	474	13	21	54	2,0	9	1					
E	ZÖLDBORSÓLEVES-ZÖLDSÉGES(1-3) RAKOTT KARFIOL(2) KENYÉR-FÉLADAG(1) POGÁCSA-MAGVAS-KÖZEPES(1-2-3-9))								LEBBENCSELEVES(1-3) TEJSZÍNES ANANÁSZOS CS.MELL(2-1) PÁROLT RIZS								RESZELTTÉSZTA LEVES(1-3-4) KELKÁPOSZTA FŐZELEK(1) FOKHAGYMÁS APRÓPECSENYE KENYÉR-T.K.-FŐZELEKHEZ(1-2-8)								ŐSZIBARACKKRÉMLEVES(1-2) HALFILÉ SPENÓTOS BUNDÁBAN(1-3-2-6) PETREZSELYMES BURGONYA(2) CSEMEGE UBORKA								CSONTLEVES(4-1-3) HÚSGALUSKA LEVESBETÉT(3-1-2-8-9) SAJTOS-TEJFÖLÖS SPAGETTI(1-3-2) ALMA							
	<u>Allergének</u> TEJ(2) GLUTÉN(1) TOJÁS(3) DIÓFÉLE(9)								<u>Allergének</u> TEJ(2) GLUTÉN(1) TOJÁS(3)								<u>Allergének</u> TEJ(2) GLUTÉN(1) SZÓJA(8) TOJÁS(3) ZELLE R(4)								<u>Allergének</u> TEJ(2) GLUTÉN(1) HAL(6) TOJÁS(3)								<u>Allergének</u> TEJ(2) GLUTÉN(1) SZÓJA(8) TOJÁS(3) ZELLE R(4) DIÓFÉLE(9)							
	g	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				
	941	34	51	80	5,0	10	1	809	32	25	106	3,5	5	4	706	29	31	70	4,2	5	1	834	28	27	100	2,8	6	26	828	32	37	90	4,2	16	2					
V	TEA - CITROMOSU..... BUNDÁSKENYÉR(1-3)								SALÁTA FRISSU..... RAKOTTBURGONYA KOLBÁSSZAL(2-8-3-1) KENYÉR-FÉLADAG(1)								ALMAU..... BOLOGNAI SPAGETTI- SAJTAL(1-3-2)								VEGYESKOMPÓTU..... ZÖLDBORSÓS CSIRKEMÁJ PÁROLT RIZS															
	<u>Allergének</u> GLUTÉN(1) TOJÁS(3)								<u>Allergének</u> TEJ(2) GLUTÉN(1) SZÓJA(8) TOJÁS(3)								<u>Allergének</u> TEJ(2) GLUTÉN(1) TOJÁS(3)								<u>Allergének</u>								<u>Allergének</u>							
	g	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				
	501	18	11	78	3,1	3	22	893	28	45	73	5,2	16	0	671	28	28	74	1,9	6	6	734	27	23	101	1,7	3	10												

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket !
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

2018.06.25

- 2018.06.29

26.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	TEA GYÜMÖLCSŐS SOPRONI FELVÁGOTT (2-8-10) KENYÉR-T.K. (1-2-8)T..... DELMA - MULTIVITAMINOS MAGVAS ZSEMLE (1)							EPERLEKVÁR DELMA LIGHT KENYÉR-BURGONYÁS (1-8)T..... TEJ (2)							LÖNCS FELVÁGOTT (8) RÁMA HARMÓNIA (2) ROZSKENYÉR (1-8)T..... KAKAO (2)							BRIÓS (1-2-3) KIFLI TEJES (1-2) FLÓRA MARGARIN (2)T..... GYÜMÖLCS JOGHURT (2)							SAJTKRÉM - NATÚR (2) CSÁSZSÁRZSEMLE (1) KENYÉR-T.K. (1-2-8)T..... TEA - CITROMOS						
	<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) MUSTÁR (10)							<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) TOJÁS (3)							<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	674	20	26	89	3,0	7	17	387	13	9	61	1,3	2	12	589	20	32	51	2,3	2	5	491	12	17	72	0,8	5	21	525	14	10	90	2,4	3	23
E	KERTÉSZLEVES GAZDAGON (4-1-3) ZÖLDBABFŐZELÉK (2-1) PULYKAPÖRKÖLT (11) KENYÉR-T.K.-FŐZELÉKHEZ (1-2-8)							BROKKOLIKRÉMLEVES (1-2) LEVESGYÖNGY (1-2-3) MAGYAROS CSIRKEMÁJ (1) SÁRGARÉPÁS BULGUR (1) KÁPOSZTASALÁTA							KACSACSONTLEV. CSIGATÉSZTÁVA (4-1-3) SERTÉSSÜLT (1) SÓSKAMÁRTÁS (2-1) BURGONYA FÉLADAG TÚRÓDESSZERT (2-7-8-9)							ZELLERLEVES MAGYAROS (1-4) SÜLT CSIRKECOMB-MUSTÁROS (2-10) RIZS - TRICOLOR UBORKASALÁTA							SERTÉSHÚSLEVES EPERLEVÉLLEL (4-1-3) DARÁSMETÉLT (1-3) CSERESZNYE						
	<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3) ZELLE R (4) SO2 (11)							<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3)							<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3) ZELLE R (4) DIÓFÉLE (9) MOGYORÓ (7)							<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) ZELLER (4) MUSTÁR (10)							<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	632	30	26	69	4,8	5	7	820	36	36	83	4,2	8	7	707	36	25	80	3,5	9	27	753	30	27	94	4,5	3	7	794	31	18	124	3,0	4	33
V	ALMAKOMPÓTU..... PÁRIZSI SERTÉSSZELET (1-3-2) PETREZSELYMES BURGONYA (2)							POGÁCSA-MAGVAS-KÖZEPES (1-2-3-9)U..... PARADICSOMOS KÁPOSZTA (1) SÜLT RUDACSKA KENYÉR-T.K.-FŐZELÉKHEZ (1-2-8)							ALMAU..... KÍNAI ÉDES SAVANYÚ CS.MELL PÁROLT RIZS							TEA - CITROMOSU..... HÚSOS ZÖLDSÉGES PUFFANCS (1-3-8-2-10)													
	<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) TOJÁS (3)							<u>Allergének</u> TEJ (2) GLUTÉN (1) SZÓJA (8) TOJÁS (3) DIÓFÉ LE (9)							<u>Allergének</u>							<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	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	677	26	24	72	2,3	5	7	788	20	37	88	4,3	9	23	711	29	19	103	2,6	2	7	669	20	26	84	0,8	5	24							

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket !

A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk !

* T.Zs = Telített zsírsav

Diétás étkeztetést igény szerint biztosítunk !

Élelmezésvezető:.....

:.....

.....