

# Kímélő ÉTLAP

HUNGAST

2018.OKTÓBER 1-7

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
<b>TÍZÓRAI</b>	<p>Tea Kakaós csiga</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, mustár, szezámmag, szójabab, tej, tojás, zeller</p> <p>EN:321 ZS: 12,4    TZS: 2,3    FH: 14,1 SZH:35,9    CK:16,5    SÓ: 0,7</p>	<p>Tea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, tej</p> <p>EN: 357 ZS: 10,2    TZS: 4,5    FH: 9,5 SZH: 55,3    CK: 12,9    SÓ: 1,5</p>	<p>Tea Mogyorókrém Félbarna Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szójabab, tej</p> <p>EN: 552 ZS: 15,3    TZS: 5,1    FH: 18,3 SZH: 82,9    CK: 30,2    SÓ: 2,1</p>	<p>Tea Sertés párizsi Mini margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> glutén, szójabab</p> <p>EN: 474 ZS: 8,9    TZS: 7,5    FH: 16,9 SZH: 79,6    CK: 10    SÓ: 1,7</p>	<p>Tea Gépsonka Mini margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>EN: 364 ZS: 6,1    TZS: 2,5    FH: 18,5 SZH: 61    CK: 14,4    SÓ: 1,6</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:</p>
<b>EBÉD</b>	<p>Hamis gulyásleves Csirkepörkölt Párolt rizs Uborkasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> glutén, kén-dioxid, tojás</p> <p>EN: 900 ZS: 29    TZS: 9,1    FH: 26,3 SZH: 127,3    CK: 16,8    SÓ: 4,3</p>	<p>Almaleves TM Gombás csibefalatok Párolt rizs</p> <p><u>Allergének:</u> glutén</p> <p>EN: 900 ZS: 29    TZS: 1,9    FH: 26,2 SZH: 127,3    CK: 46,4    SÓ: 4</p>	<p>Kertészleves Főtt tojás Zöldségmártás Főtt burgonya Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, glutén, kén-dioxid, szezámmag, szójabab, tej, tojás</p> <p>EN:700 ZS: 22,6    TZS: 2,5    FH: 20,5 SZH: 99    CK: 5,2    SÓ: 3,3</p>	<p>Bakonyi betyárleves TM Almaszószt Darásmetélt Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, tej, tojás</p> <p>EN: 750 ZS: 24,2    TZS: 4,8    FH: 22 SZH: 106,1    CK: 4,5    SÓ: 4</p>	<p>Karfiolleves Grill csirkemell Petrezselymes burgonya</p> <p><u>Allergének:</u> glutén, kén-dioxid, tojás</p> <p>EN: 814 ZS: 28,3    TZS: 0,8    FH: 38,6 SZH: 85,9    CK: 13,6    SÓ: 2,9</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:</p>
<b>UZSONNA</b>	<p>Paprikás salámi Mini margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, glutén, szezámmag, szójabab, tej</p> <p>EN: 300 ZS: 2,5    TZS: 0,6    FH: 9,2 SZH: 60,1    CK: 0,3    SÓ: 1,3</p>	<p>Zala felvágott Mini margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, glutén, szezámmag, szójabab</p> <p>EN: 388 ZS: 12,7    TZS: 8,1    FH: 14 SZH: 52,9    CK: 0,4    SÓ: 2,6</p>	<p>Sajt szelet Mini margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, tej, tojás</p> <p>EN: 400 ZS: 17    TZS: 12,6    FH: 19,2 SZH: 44,3    CK: 0,7    SÓ: 2,4</p>	<p>Sertés párizsi Mini margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>EN: 353 ZS: 13    TZS: 8,6    FH: 13 SZH: 44,8    CK: 1,2    SÓ: 2,2</p>	<p>Kockasajt Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> glutén, szójabab, tej</p> <p>EN: 392 ZS: 28,5    TZS: 4,4    FH: 11,7 SZH: 73    CK: 3,7    SÓ: 2,1</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS:    TZS:    FH: SZH:    CK:    SÓ:</p>

A szükség szerinti étlap változásért előre is elnézésedet kérjük, megértésedet köszönjük!

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)

**TM: Tejmentes**

# Kímélő ÉTLAP

HUNGAST

2018.OKTÓBER 8-14

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
<b>TÍZÓRAI</b>	<p>Tea Kockasajt Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> glutén, szójabab, tej</p> <p>EN: 320 ZS: 6,1 TZS: 2,8 FH: 11,9 SZH: 52,7 CK: 30 SÓ: 0,5</p>	<p>Tea Zöldfűszeres tojáskrém Félbarna Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, glutén, szezámmag, szójabab, tojás</p> <p>EN: 502 ZS: 15,2 TZS: 3,8 FH: 21,4 SZH: 66,9 CK: 12,6 SÓ: 2,7</p>	<p>Tea Soproni felvágott Mini margarin Félbarna Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, glutén, szezámmag, szójabab, tej</p> <p>EN: 550 ZS: 17,7 TZS: 13,6 FH: 16,1 SZH: 77,8 CK: 12,6 SÓ: 4,1</p>	<p>Tea Kalács</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, mustár, szezámmag, szójabab, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 431 ZS: 9,8 TZS: 5,1 FH: 16,4 SZH: 77 CK: 40,8 SÓ: 1,1</p>	<p>Tea Sajtkrém Teljes kiőrlésű kenyér Sárgarépa</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, tej</p> <p>EN: 404 ZS: 10,4 TZS: 5,6 FH: 18,1 SZH: 58,1 CK: 15,2 SÓ: 2,2</p>	<p>Tea Zala felvágott Mini margarin Félbarna Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, glutén, szezámmag, szójabab, tej</p> <p>EN: 555 ZS: 9,4 TZS: 7,6 FH: 17,8 SZH: 97 CK: 40,5 SÓ: 2,2</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
<b>EBÉD</b>	<p>Daragaluska leves Vadas sertéstokány TM Főtt tészta</p> <p><u>Allergének:</u> glutén, mustár, szójabab, tojás</p> <p>EN: 900 ZS: 29 TZS: 6,9 FH: 26,3 SZH: 127,3 CK: 8,7 SÓ: 2,3</p>	<p>Magyaros zellerleves Sertés fasírt Bulgur</p> <p><u>Allergének:</u> lutén, tojás, zeller</p> <p>EN: 895 ZS: 44,1 TZS: 6,3 FH: 36,4 SZH: 80,7 CK: 2,2 SÓ: 4,3</p>	<p>Májgombóc leves Túrós tészta</p> <p><u>Allergének:</u> glutén, tej, tojás</p> <p>EN: 700 ZS: 22,6 TZS: 6,1 FH: 20,5 SZH: 99 CK: 5,3 SÓ: 4,3</p>	<p>Tojásleves Fokhagymás sertéscsók Burgonyafőzelék TM Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, tojás</p> <p>EN: 738 ZS: 47 TZS: 7,6 FH: 29,9 SZH: 43,5 CK: 3,1 SÓ: 3,5</p>	<p>Brokkoli krémleves Kenyérkocka Natúr halfilé Párolt rizs Hámozott uborkasaláta</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, hal, szezámma</p> <p>EN: 850 ZS: 27,4 TZS: 1,3 FH: 14,2 SZH: 120,2 CK: 11,7 SÓ: 2,1</p>	<p>Zöldséges burgonyaleves Sertéspörkölt Sárgarépás karalábé-főzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, tej</p> <p>EN: 700 ZS: 22,6 TZS: 9,5 FH: 20,5 SZH: 99 CK: 3,2 SÓ: 3,5</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
<b>UZSONNA</b>	<p>Mátrai diákcsemege Mini margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>EN: 341 ZS: 11,1 TZS: 4,5 FH: 13,7 SZH: 48,9 CK: 1,9 SÓ: 2,1</p>	<p>Gépsonka Mini margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> glutén, szójabab</p> <p>EN: 354 ZS: 7,7 TZS: 5,6 FH: 14,9 SZH: 59,1 CK: 0,4 SÓ: 2,4</p>	<p>Sajt szelet Mini margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, tej, tojás</p> <p>EN: 400 ZS: 17 TZS: 12,6 FH: 19,2 SZH: 44,3 CK: 0,7 SÓ: 2,4</p>	<p>Csemege szalámi Mini margarin Félbarna Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, glutén, szezámmag, szójabab, tej</p> <p>EN: 395 ZS: 13,3 TZS: 9 FH: 13,8 SZH: 53,2 CK: 0 SÓ: 2,6</p>	<p>Natúr joghurt</p> <p><u>Allergének:</u> tej</p> <p>EN: 122 ZS: 3 TZS: 2 FH: 2,4 SZH: 21,3 CK: 15 SÓ: 0,3</p>	<p>Pogácsa</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, mustár, szezámmag, szójabab, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 173 ZS: 13 TZS: 3,4 FH: 7,5 SZH: 27,8 CK: 0 SÓ: 1,7</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>

A szükség szerinti étlap változásért előre is elnézésedet kérjük, megértésedet köszönjük!

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)

**TM: Tejmentes**

# Kímélő ÉTLAP

HUNGAST

2018.OKTÓBER 15-21

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
<b>TÍZÓRAI</b>	<p>Tea Pizzás táska</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, mustár, szezámmag, szójabab, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 290 ZS: 11,9 TZS: 2,3 FH: 13,9 SZH: 29,9 CK: 13,6 SÓ: 1,3</p>	<p>Tea Citrusos túrókrém Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> glutén, szójabab, tej</p> <p>EN: 378 ZS: 11,3 TZS: 6,6 FH: 14,6 SZH: 52,4 CK: 23,8 SÓ: 1,1</p>	<p>Tea Padlizsánkrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, glutén, szezámmag, szójabab</p> <p>EN: 450 ZS: 14,5 TZS: 8,6 FH: 13,2 SZH: 63,7 CK: 22 SÓ: 2,3</p>	<p>Tea Tojáskrém Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> glutén, szójababtojás</p> <p>EN: 511 ZS: 14,5 TZS: 3,8 FH: 20,6 SZH: 71,9 CK: 12,6 SÓ: 2,2</p>	<p>Tea Tavaszi felvágott Mini margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>EN: 493 ZS: 17,2 TZS: 7,7 FH: 22 SZH: 60,4 CK: 14,8 SÓ: 2,6</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
<b>EBÉD</b>	<p>Gulyásleves Almaszószt Darás metélt Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, glutén, kén-dioxid, szezámmag, szójabab, tojás</p> <p>EN: 900 ZS: 29 TZS: 4,6 FH: 26,3 SZH: 127,3 CK: 11,5 SÓ: 2,9</p>	<p>Kímélő zöldségleves Húsgombóc Zöldségmártás Főtt burgonya Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, szójabab, tej, tojás</p> <p>EN: 850 ZS: 27,4 TZS: 0,1 FH: 24,9 SZH: 120,2 CK: 31,6 SÓ: 2,3</p>	<p>Almaleves TM Csirkemáj rizottó</p> <p><u>Allergének:</u> glutén</p> <p>EN: 700 ZS: 22,6 TZS: 1,4 FH: 20,5 SZH: 99 CK: 19,9 SÓ: 2</p>	<p>Reszelt tésztaleves Csirkepörkölt Tököfélék TM Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, tojás</p> <p>EN: 900 ZS: 29 TZS: 2,2 FH: 26,3 SZH: 127,3 CK: 4,9 SÓ: 4,3</p>	<p>Citromos kerti leves Joghurtban pácolt csirke- kemell Petrezselymes burgo- nya</p> <p><u>Allergének:</u> glutén, kén-dioxid, tej, tojás</p> <p>EN: 344 ZS: 7,6 TZS: 0 FH: 7,7 SZH: 53,5 CK: 0 SÓ: 0,9</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
<b>UZSONNA</b>	<p>Kockasajt Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, tej</p> <p>EN: 411 ZS: 9,9 TZS: 6,1 FH: 12,1 SZH: 67 CK: 4,2 SÓ: 1,5</p>	<p>Sertés párizsi Mini margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, glutén, szezámmag, szójabab</p> <p>EN: 398 ZS: 12,9 TZS: 8,4 FH: 14,1 SZH: 53,9 CK: 0,1 SÓ: 2,6</p>	<p>Sajt szelet Mini margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, tej, tojás</p> <p>EN: 414 ZS: 17,4 TZS: 12,6 FH: 20,8 SZH: 48,7 CK: 1,9 SÓ: 2,4</p>	<p>Csirkemell sonka Mini margarin Félbarna Kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, glutén, szezámmag, szójabab</p> <p>EN: 347 ZS: 7,3 TZS: 5,8 FH: 15,3 SZH: 53,4 CK: 0,4 SÓ: 2,7</p>	<p>Natúr joghurt Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> glutén, szójabab, tej</p> <p>EN: 269 ZS: 14,2 TZS: 2 FH: 7,8 SZH: 50,6 CK: 15,6 SÓ: 1,1</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>

A szükség szerinti étlap változásért előre is elnézésedet kérjük, megértésedet köszönjük!

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)

**TM: Tejmentes**

# Kímélő ÉTLAP

HUNGAST

2018.OKTÓBER 22-28

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
<b>TÍZÓRAI</b>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS:      TZS:      FH: SZH:    CK:      SÓ:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS:      TZS:      FH: SZH:    CK:      SÓ:</p>	<p>Tea Fatörzs kifli</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, mustár, szeszámag, szójabab, tej, tojás, zeller</p> <p>EN: 329 ZS: 7,5      TZS: 4      FH: 12,2 SZH: 52,2    CK: 14,2      SÓ: 0,8</p>	<p>Tea Sajt szelet Mini margarin Félbarna kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, glutén, szeszámag, szójabab, tej, tojás</p> <p>EN: 489 ZS: 16,9      TZS: 12,4      FH: 20,3 SZH: 64      CK: 10,8      SÓ: 2,8</p>	<p>Tea Tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, tojás</p> <p>EN: 454 ZS: 12,8      TZS: 5,2      FH: 23,1 SZH: 63,3    CK: 15,6      SÓ: 2,1</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS:      TZS:      FH: SZH:    CK:      SÓ:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS:      TZS:      FH: SZH:    CK:      SÓ:</p>
<b>EBÉD</b>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS:      TZS:      FH: SZH:    CK:      SÓ:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS:      TZS:      FH: SZH:    CK:      SÓ:</p>	<p>Karalábéleves Sajt szórat Milánói makaróni para- dicssommentes</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojás</p> <p>EN: 900 ZS: 29      TZS: 4      FH: 26,3 SZH: 127,3    CK: 9,4      SÓ: 4</p>	<p>Rántott leves Kenyérkocka Szárnyas roló Majorannás burgonya- főzelék TM Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, tojás</p> <p>EN: 743 ZS: 24      TZS: 2,6      FH: 21,7 SZH: 105    CK: 3,7      SÓ: 4,3</p>	<p>Csontleves Natúr halfilé Karottás rizs</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, hal, , tojás</p> <p>EN: 853 ZS: 42,9      TZS: 5,8      FH: 16 SZH: 91,5    CK: 5,4      SÓ: 4,3</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS:      TZS:      FH: SZH:    CK:      SÓ:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS:      TZS:      FH: SZH:    CK:      SÓ:</p>
<b>UZSONNA</b>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS:      TZS:      FH: SZH:    CK:      SÓ:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS:      TZS:      FH: SZH:    CK:      SÓ:</p>	<p>Paprikás szalámi Mini margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>EN: 329 ZS: 10,6      TZS: 4,5      FH: 12,1 SZH: 44,6    CK: 0,7      SÓ: 2,1</p>	<p>Kenőmájás Zsemle</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab</p> <p>EN: 418 ZS: 14      TZS: 8,2      FH: 13,5 SZH: 58,5    CK: 0      SÓ: 2,4</p>	<p>Túró Rudi</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, szójabab, tej</p> <p>EN: 82 ZS: 4,1      TZS: 2,8      FH: 2,3 SZH: 9      CK: 8,5      SÓ: 0</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS:      TZS:      FH: SZH:    CK:      SÓ:</p>	<p><i>Allergének:</i></p> <p>EN: ZS:      TZS:      FH: SZH:    CK:      SÓ:</p>

A szükség szerinti étlap változásért előre is elnézésedet kérjük, megértésedet köszönjük!

Tápanyagtartalom jelölés/magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)

TM: Tejmentes

# Kímélő ÉTLAP

HUNGAST

2018.OKTÓBER 29-31

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
<b>TIZÓRAI</b>	<p>Tea Kockasajt Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, glutén, szeszámag, szójabab, tej</p> <p>EN: 531 ZS: 9,4 TZS: 7,6 FH: 17,7 SZH: 90,4 CK: 32,9 SÓ: 2,2</p>	<p>Tea Zöldfűszeres túrókrém Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, glutén, szeszámag, szójabab, tej</p> <p>EN: 459 ZS: 11,6 TZS: 6,1 FH: 19,1 SZH: 66,6 CK: 14,5 SÓ: 2,2</p>	<p>Tea Főtt tojás Mini margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, tojás</p> <p>EN: 527 ZS: 19,3 TZS: 9,7 FH: 27,8 SZH: 58 CK: 14 SÓ: 2,8</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
<b>EBÉD</b>	<p>Karfiollevés TM Pincepörkölt sertés- húsból</p> <p><u>Allergének:</u> glutén, kén-dioxid, tojás</p> <p>EN: 806 ZS: 34,8 TZS: 6,7 FH: 28,7 SZH: 82 CK: 3 SÓ: 3,5</p>	<p>Galuskaleves TM Fűszeres aprópecse- nye Sárgarépa főzelék TM Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén, kén-dioxid, tojás</p> <p>EN: 707 ZS: 38,9 TZS: 6,2 FH: 27,8 SZH: 57,4 CK: 3,4 SÓ: 4,3</p>	<p>Legényfogó leves kí- mélő Almaszószt Darás metélt</p> <p><u>Allergének:</u> glutén, tojás</p> <p>EN: 700 ZS: 22,6 TZS: 3,2 FH: 20,5 SZH: 99 CK: 8,6 SÓ: 2,1</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
<b>UZSONNA</b>	<p>Mátrai diákcsemege Mini margarin Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> diófélék, földimogyoró, glutén</p> <p>EN: 285 ZS: 6,6 TZS: 3,3 FH: 9,7 SZH: 46,3 CK: 2,7 SÓ: 1,8</p>	<p>Gépsonka Mini margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> glutén, szójabab</p> <p>EN: 353 ZS: 7,7 TZS: 5,6 FH: 14,9 SZH: 58,9 CK: 0,4 SÓ: 2,3</p>	<p>Sertés párizsi Mini margarin Zsemle</p> <p><u>Allergének:</u> glutén, szójabab</p> <p>EN: 400 ZS: 12,1 TZS: 8,4 FH: 12,8 SZH: 57,6 CK: 0,1 SÓ: 2,2</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>

A szükség szerinti étlap változásért előre is elnézésekért kérjük, megértésedet köszönjük!

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)

**TM: Tejmentes**