

Étlap (alsó tagozatosok 7-10)

2017.02.27 - 2017.03.05

Hétfő 2017.02.27	Kedd 2017.02.28	Szerda 2017.03.01	Csütörtök 2017.03.02	Péntek 2017.03.03
<p>Tízórai</p> <p>Tej. Kormino.</p> <p>E:1 024(Kj) 245(KCal) F: 10(g)Kol: 21(g)Sz: 39(g) Zsir: 5(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 171(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>	<p>Házi gyümölcsjoghurt. Kifli.</p> <p>E:1 252(Kj) 300(KCal) F: 12(g)Kol: 2(g)Sz: 41(g) Zsir: 9(g)Cuk: 0(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 26(g)Ca: 389(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>	<p>Gyümölcs tea. Sajtos pogácsa.</p> <p>E:1 194(Kj) 286(KCal) F: 8(g)Kol: 42(g)Sz: 42(g) Zsir: 9(g)Cuk: 2(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 51(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>	<p>Tej. Kakaós csiga.</p> <p>E:1 465(Kj) 350(KCal) F: 9(g)Kol: 21(g)Sz: 39(g) Zsir: 17(g)Cuk: 7(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 191(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,</p>	<p>Gyümölcs tea. Borjúpárizsi. Margarin. Teljes kiőrlésű kenyér. Lila hagyma.</p> <p>E:1 151(Kj) 275(KCal) F: 6(g)Kol: 6(g)Sz: 26(g) Zsir: 15(g)Cuk: 2(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 13(mg) Allergén:Szójabab,Glutén,Tojás,Földimo</p>
<p>Ebéd</p> <p>Rizsleves. Tejszínes kukoricás pulykaragu. Párolt köles.</p> <p>E:2 882(Kj) 689(KCal) F: 26(g)Kol: 73(g)Sz: 51(g) Zsir: 40(g)Cuk: 0(g)Só: 3(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 21(mg) Allergén:Glutén,</p>	<p>Zöldségkrém leves. Levesgyöngy. Natur csirkemell. Meggymártás. Főtt burgonya kis adag.</p> <p>E:2 730(Kj) 653(KCal) F: 36(g)Kol: 32(g)Sz: 85(g) Zsir: 17(g)Cuk: 14(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 163(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>	<p>Zöldborsó leves. Sajtos rántott halfilé. Kukoricás rizs. Tartár mártás.</p> <p>E:2 522(Kj) 603(KCal) F: 28(g)Kol: 43(g)Sz: 73(g) Zsir: 30(g)Cuk: 1(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 197(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>	<p>Csont leves. Kelkáposzta főzelék. Vagdaltszelet.</p> <p>E:2 066(Kj) 494(KCal) F: 18(g)Kol: 69(g)Sz: 52(g) Zsir: 20(g)Cuk: 0(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 153(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,</p>	<p>Jókai bableves. Lekváros bukta. Alma.</p> <p>E:3 202(Kj) 766(KCal) F: 29(g)Kol: 76(g)Sz:105(g) Zsir: 23(g)Cuk: 4(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 121(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>
<p>Uzsonna</p> <p>Zöldfűszeres vajkrém. Teljes kiőrlésű kenyér. Kígyóborka.</p> <p>E: 924(Kj) 221(KCal) F: 6(g)Kol: 32(g)Sz: 23(g) Zsir: 12(g)Cuk: 0(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 22(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Szójabab,Földimo</p>	<p>Soproni felvágott. Teljes kiőrlésű kenyér. Margarin. Jégcsapretek.</p> <p>E:1 257(Kj) 301(KCal) F: 9(g)Kol: 15(g)Sz: 22(g) Zsir: 18(g)Cuk: 0(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 12(mg) Allergén:Tej,Szezám,Glutén,Tojás,S</p>	<p>Olasz felvágott. Margarin. Zsemle. Narancs.</p> <p>E:1 764(Kj) 422(KCal) F: 10(g)Kol: 34(g)Sz: 43(g) Zsir: 22(g)Cuk: 0(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 67(mg) Allergén:Glutén,</p>	<p>Margarin. Főtt tojás. Teljes kiőrlésű zsemle.</p> <p>E:1 082(Kj) 259(KCal) F: 7(g)Kol:105(g)Sz: 23(g) Zsir: 15(g)Cuk: 0(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 41(mg) Allergén:Glutén,Tojás,</p>	<p>Magyaros vajkrém. Zsemle.</p> <p>E: 943(Kj) 226(KCal) F: 6(g)Kol: 35(g)Sz: 34(g) Zsir: 6(g)Cuk: 0(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 26(mg) Allergén:Glutén,</p>

Étlap (alsó tagozatosok 7-10)

2017.03.06 - 2017.03.12

Hétfő 2017.03.06	Kedd 2017.03.07	Szerda 2017.03.08	Csütörtök 2017.03.09	Péntek 2017.03.10
<p>Tízórai</p> <p>Gyümölcs tea. Pizzás csiga.</p> <p>E:1 028(Kj) 246(KCal) F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 28(g) Zsir: 10(g)Cuk: 2(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 20(mg) Allergén:Glutén,Tej,Tojás,</p>	<p>Tej. Briós.</p> <p>E:1 247(Kj) 298(KCal) F: 11(g)Kol: 21(g)Sz: 42(g) Zsir: 9(g)Cuk: 2(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 195(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,</p>	<p>Kakaó. Korpás kifli. Teavaj.</p> <p>E:1 827(Kj) 437(KCal) F: 14(g)Kol: 57(g)Sz: 59(g) Zsir: 15(g)Cuk: 12(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 230(mg) Allergén:Glutén,Tej,</p>	<p>Gyümölcs tea. Fokhagymás felvágott. Margarin. Jégcsapretek.</p> <p>E: 849(Kj) 203(KCal) F: 6(g)Kol: 33(g)Sz: 4(g) Zsir: 17(g)Cuk: 2(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 2(mg) Allergén:Tej,Szezám,Tej,</p>	<p>Tej. Sajtos stangli.</p> <p>E:1 013(Kj) 242(KCal) F: 10(g)Kol: 21(g)Sz: 31(g) Zsir: 8(g)Cuk: 0(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 192(mg) Allergén:Tej,</p>
<p>Ebéd</p> <p>Karalábé leves. Fokhagymás sertésragu. Főtt burgonya. Vegyes vágott savanyúság.</p> <p>E:2 048(Kj) 490(KCal) F: 20(g)Kol: 45(g)Sz: 57(g) Zsir: 18(g)Cuk: 1(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 68(mg) Allergén:</p>	<p>Daragaluska leves. Sárgaborsó főzelék. Sült debreceni.</p> <p>E:2 524(Kj) 604(KCal) F: 22(g)Kol: 72(g)Sz: 54(g) Zsir: 32(g)Cuk: 0(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 14(g)Ca: 86(mg) Allergén:Zeller,Glutén,Tojás,</p>	<p>Meggy leves. Párolt csirkemell. Rizibizi. Alma.</p> <p>E:1 782(Kj) 426(KCal) F: 29(g)Kol: 6(g)Sz: 70(g) Zsir: 2(g)Cuk: 10(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 71(mg) Allergén:</p>	<p>Lebbencsleves. Kelbimbó főzelék. Pulykaragu feltét.</p> <p>E:2 705(Kj) 647(KCal) F: 22(g)Kol: 24(g)Sz: 67(g) Zsir: 30(g)Cuk: 0(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 57(mg) Allergén:</p>	<p>Sertés raguleves. Tejbedara. Kakaó szórattal. Banán.</p> <p>E:2 168(Kj) 519(KCal) F: 18(g)Kol: 55(g)Sz: 83(g) Zsir: 9(g)Cuk: 18(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 329(mg) Allergén:Tej,Szezám,Tej,</p>
<p>Uzsonna</p> <p>Trappista sajt. Margarin. Korpás zsemle. Mandarin.</p> <p>E:1 727(Kj) 413(KCal) F: 15(g)Kol: 37(g)Sz: 38(g) Zsir: 22(g)Cuk: 0(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 9(g)Ca: 257(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>	<p>Soproni felvágott. Teljes kiőrlésű kenyér. Margarin. Paradicsom.</p> <p>E:1 306(Kj) 312(KCal) F: 9(g)Kol: 15(g)Sz: 25(g) Zsir: 18(g)Cuk: 0(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 10(mg) Allergén:Tej,Szezám,Glutén,Tojás,S</p>	<p>Rákóczi szalámi. Teavaj. Zsemle. Lila hagyma.</p> <p>E:1 746(Kj) 418(KCal) F: 14(g)Kol: 35(g)Sz: 36(g) Zsir: 24(g)Cuk: 0(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 32(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Szójabab,Földimo</p>	<p>Zöldfűszeres vajkrém. Zsemle.</p> <p>E:1 134(Kj) 271(KCal) F: 7(g)Kol: 32(g)Sz: 34(g) Zsir: 12(g)Cuk: 0(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 26(mg) Allergén:Glutén,Tojás,</p>	<p>Gépsonka. Margarin. Teljes kiőrlésű kifli. Kígyóuborka.</p> <p>E:1 792(Kj) 429(KCal) F: 16(g)Kol: 0(g)Sz: 44(g) Zsir: 19(g)Cuk: 0(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 30(mg) Allergén:Glutén,</p>

Étlap (alsó tagozatosok 7-10)

2017.03.13 - 2017.03.19

Hétfő 2017.03.13	Kedd 2017.03.14	Szerda 2017.03.15	Csütörtök 2017.03.16	Péntek 2017.03.17
<p>Tízórai</p> <p>Gyümölcs tea. Kenőmájás. Teljes kiőrlésű kenyér.</p> <p>E: 833(Kj) 199(KCal) F: 7(g)Kol: 92(g)Sz: 25(g) Zsir: 7(g)Cuk: 2(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 10(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Szójabab,Földimo</p>	<p>Tej. Puffancs.</p> <p>E: 998(Kj) 239(KCal) F: 10(g)Kol: 21(g)Sz: 36(g) Zsir: 5(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 172(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,</p>	<p>Szerda</p> <p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>	<p>Gyümölcs tea. Főtt virsli mustár. Teljes kiőrlésű kenyér.</p> <p>E:1 206(Kj) 289(KCal) F: 13(g)Kol: 50(g)Sz: 24(g) Zsir: 14(g)Cuk: 2(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 12(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Szójabab,Földimo</p>	<p>Tej. Kakaós csiga.</p> <p>E:1 142(Kj) 273(KCal) F: 10(g)Kol: 21(g)Sz: 40(g) Zsir: 7(g)Cuk: 3(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 191(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,</p>
<p>Ebéd</p> <p>Paraj krémleves. Puffasztott köles. Temesvári pulykatokány. Bulgur.</p> <p>E:2 965(Kj) 709(KCal) F: 29(g)Kol: 39(g)Sz: 79(g) Zsir: 29(g)Cuk: 0(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 187(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Szójabab,Földimo</p>	<p>Zöldség leves. Paradicsomos káposzta főzelék. Grill virsli.</p> <p>E:2 271(Kj) 543(KCal) F: 18(g)Kol: 43(g)Sz: 45(g) Zsir: 30(g)Cuk: 1(g)Só: 4(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 131(mg) Allergén:Glutén,</p>	<p>Szerda</p> <p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>	<p>Póréhagyma krémleves. Levesgyöngy. Szárzabb főzelék. Sertéssült feltét.</p> <p>E:2 472(Kj) 591(KCal) F: 16(g)Kol: 47(g)Sz: 71(g) Zsir: 23(g)Cuk: 1(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 52(mg) Allergén:Glutén,</p>	<p>Frankfurti leves. Mákos metélt. Alma.</p> <p>E:2 423(Kj) 580(KCal) F: 22(g)Kol: 38(g)Sz: 75(g) Zsir: 23(g)Cuk: 10(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 313(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,</p>
<p>Uzsonna</p> <p>Kocka sajt. Zsemle. Narancs.</p> <p>E:1 101(Kj) 263(KCal) F: 8(g)Kol: 32(g)Sz: 45(g) Zsir: 5(g)Cuk: 1(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 215(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>	<p>Tonhal krém. Teljes kiőrlésű zsemle. Zöldpaprika.</p> <p>E: 936(Kj) 224(KCal) F: 12(g)Kol: 0(g)Sz: 26(g) Zsir: 10(g)Cuk: 0(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 47(mg) Allergén:Halak,Tej,Glutén,</p>	<p>Szerda</p> <p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>	<p>Zala felvágott. Rozsos zsemle. Lila hagyma. Margarin.</p> <p>E:1 331(Kj) 319(KCal) F: 8(g)Kol: 23(g)Sz: 30(g) Zsir: 18(g)Cuk: 0(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 29(mg) Allergén:Szójabab,Glutén,</p>	<p>Házi csirkehúskrém. Teljes kiőrlésű kifli. Kígyóuborka.</p> <p>E:1 690(Kj) 404(KCal) F: 14(g)Kol: 1(g)Sz: 44(g) Zsir: 17(g)Cuk: 0(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 34(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,</p>

Étlap (alsó tagozatosok 7-10)

2017.03.20 - 2017.03.26

Hétfő 2017.03.20	Kedd 2017.03.21	Szerda 2017.03.22	Csütörtök 2017.03.23	Péntek 2017.03.24
<p>Tízórai</p> <p>Tej. Pizzás csiga.</p> <p>E:1 369(Kj) 328(KCal) F: 14(g)Kol: 21(g)Sz: 33(g) Zsir: 14(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 191(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,</p>	<p>Gyümölcs tea. Körözött. Teljes kiőrlésű kenyér.</p> <p>E: 952(Kj) 228(KCal) F: 10(g)Kol: 27(g)Sz: 27(g) Zsir: 9(g)Cuk: 3(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 56(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,Szójabab,Földi</p>	<p>Tejeskávé. Molnárka.</p> <p>E:1 139(Kj) 273(KCal) F: 11(g)Kol: 23(g)Sz: 46(g) Zsir: 4(g)Cuk: 8(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 225(mg) Allergén:Glutén,Tojás,</p>	<p>Házi gyümölcsjoghurt. Kifli.</p> <p>E:1 141(Kj) 273(KCal) F: 11(g)Kol: 2(g)Sz: 36(g) Zsir: 8(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 26(g)Ca: 294(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>	<p>Gyümölcs tea. Túrós táska.</p> <p>E:1 099(Kj) 263(KCal) F: 9(g)Kol: 50(g)Sz: 44(g) Zsir: 5(g)Cuk: 7(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 30(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,</p>
<p>Ebéd</p> <p>Zeller krémleves. Reszelt sajt. Hentes sertés tokány. Párolt köles. Sárgabarack dzsem.</p> <p>E:2 420(Kj) 579(KCal) F: 20(g)Kol: 86(g)Sz: 18(g) Zsir: 42(g)Cuk: 5(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 10(g)Ca: 207(mg) Allergén:Zeller,Glutén,Tej,</p>	<p>Tojás leves. Paprikás burgonya virslivel. Fejeskáposzta saláta. Gépsonka.</p> <p>E:3 083(Kj) 737(KCal) F: 30(g)Kol:226(g)Sz: 69(g) Zsir: 36(g)Cuk: 8(g)Só: 4(g) Tel.Zs: 6(g)Ca: 100(mg) Allergén:</p>	<p>Rostos gyümölcslé. Rántott csirke-mell. Tavaszi rizs. Vegyes vágott savanyúság. Tojáskrém.</p> <p>E:2 896(Kj) 693(KCal) F: 32(g)Kol:137(g)Sz: 97(g) Zsir: 16(g)Cuk: 3(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 71(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,Mustár,</p>	<p>Zöldborsó leves. Sóska főzelék. Főtt burgonya kis adag. Főtt tojás. Müzli szelet. Soproni felvágott.</p> <p>E:2 465(Kj) 590(KCal) F: 22(g)Kol:109(g)Sz: 82(g) Zsir: 18(g)Cuk: 10(g)Só: 3(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 107(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,Szezám,mac,</p>	<p>Palóc leves. Szilvás gombóc. Sajtkrém.</p> <p>E:3 077(Kj) 736(KCal) F: 41(g)Kol: 84(g)Sz: 114(g) Zsir: 18(g)Cuk: 14(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 134(mg) Allergén:Glutén,Tej,Tojás,</p>
<p>Uzsonna</p> <p>Margarin. Teljes kiőrlésű zsemle. Banán.</p> <p>E:1 380(Kj) 330(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 47(g) Zsir: 13(g)Cuk: 0(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 26(mg) Allergén:Glutén,</p>	<p>Margarin. Félbarna kenyér. Kígyóborka.</p> <p>E:1 120(Kj) 268(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 31(g) Zsir: 12(g)Cuk: 0(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 18(mg) Allergén:Glutén,</p>	<p>Zsemle. Lila hagyma.</p> <p>E: 731(Kj) 175(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 36(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 28(mg) Allergén:Glutén,</p>	<p>Teljes kiőrlésű kenyér. Margarin. Zöldpaprika.</p> <p>E:1 067(Kj) 255(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 28(g) Zsir: 12(g)Cuk: 0(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 14(mg) Allergén:Glutén,</p>	<p>Zsemle. Kígyóborka.</p> <p>E: 727(Kj) 174(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 35(g) Zsir: 1(g)Cuk: 0(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 31(mg) Allergén:Glutén,</p>

Étlap (alsó tagozatosok 7-10)

2017.03.27 - 2017.04.02

Hétfő 2017.03.27	Kedd 2017.03.28	Szerda 2017.03.29	Csütörtök 2017.03.30	Péntek 2017.03.31
<p>Tízórai</p> <p>Tej. Kormino.</p> <p>E:1 024(Kj) 245(KCal) F: 10(g)Kol: 21(g)Sz: 39(g) Zsir: 5(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 171(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>	<p>Gyümölcs tea. Molnárka. Teavaj.</p> <p>E:1 125(Kj) 269(KCal) F: 6(g)Kol: 35(g)Sz: 31(g) Zsir: 13(g)Cuk: 2(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 5(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,</p>	<p>Tej. Puffancs.</p> <p>E: 998(Kj) 239(KCal) F: 10(g)Kol: 21(g)Sz: 36(g) Zsir: 5(g)Cuk: 0(g)Só: 0(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 172(mg) Allergén:Tej,Glutén,Tojás,</p>	<p>Kakaó. Vajas kifli.</p> <p>E:1 269(Kj) 304(KCal) F: 12(g)Kol: 23(g)Sz: 53(g) Zsir: 4(g)Cuk: 12(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 252(mg) Allergén:Glutén,</p>	<p>Gyümölcs tea. Kocka sajt. Teljes kiőrlésű zsemle.</p> <p>E: 757(Kj) 181(KCal) F: 6(g)Kol: 32(g)Sz: 28(g) Zsir: 5(g)Cuk: 3(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 170(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>
<p>Ebéd</p> <p>Rántott leves. Sonkás kocka.</p> <p>E:2 825(Kj) 676(KCal) F: 19(g)Kol: 42(g)Sz: 67(g) Zsir: 34(g)Cuk: 1(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 40(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,</p>	<p>Paradicsom leves betűtésztaival. Rakott brokkoli.</p> <p>E:2 204(Kj) 527(KCal) F: 15(g)Kol: 55(g)Sz: 37(g) Zsir: 32(g)Cuk: 8(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 4(g)Ca: 183(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,</p>	<p>Májgombóclevés. Köményes sertéssült. Párolt fejes káposzta. Főtt burgonya kis adag.</p> <p>E:1 973(Kj) 472(KCal) F: 20(g)Kol: 66(g)Sz: 65(g) Zsir: 11(g)Cuk: 3(g)Só: 3(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 150(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Szójabab,Földimo</p>	<p>Gomba leves. Lencsefőzelék. Füstölt tarjakocka.</p> <p>E:2 264(Kj) 542(KCal) F: 29(g)Kol: 58(g)Sz: 55(g) Zsir: 21(g)Cuk: 3(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 57(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Tej,</p>	<p>Lucskoskáposzta sertéshússal. Sajtos pogácsa. Túró Rudi.</p> <p>E:2 892(Kj) 692(KCal) F: 23(g)Kol:129(g)Sz: 72(g) Zsir: 31(g)Cuk: 20(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 13(g)Ca: 193(mg) Allergén:Glutén,Tej,</p>
<p>Uzsonna</p> <p>Kenőmájas. Rozskenyér. Jégcsapretek.</p> <p>E:1 004(Kj) 240(KCal) F: 9(g)Kol: 92(g)Sz: 33(g) Zsir: 7(g)Cuk: 0(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 2(g)Ca: 12(mg) Allergén:Glutén,Tej,Szezámag,</p>	<p>Paprikás szalámi. Margarin. Teljes kiőrlésű zsemle. Lila hagyma.</p> <p>E:1 531(Kj) 366(KCal) F: 11(g)Kol: 4(g)Sz: 25(g) Zsir: 24(g)Cuk: 0(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 7(g)Ca: 26(mg) Allergén:Glutén,</p>	<p>Magyaros vajkrém. Teljes kiőrlésű kifli. Alma.</p> <p>E:1 449(Kj) 347(KCal) F: 10(g)Kol: 35(g)Sz: 49(g) Zsir: 11(g)Cuk: 0(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 33(mg) Allergén:Glutén,</p>	<p>Zala felvágott. Margarin. Teljes kiőrlésű kenyér. Kígyóuborka.</p> <p>E:1 225(Kj) 293(KCal) F: 8(g)Kol: 23(g)Sz: 23(g) Zsir: 18(g)Cuk: 0(g)Só: 1(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 19(mg) Allergén:Szójabab,Glutén,Tojás,Földimo</p>	<p>Borjúpárizsi. Margarin. Félbarna kenyér. Zöldpaprika.</p> <p>E:1 282(Kj) 307(KCal) F: 8(g)Kol: 6(g)Sz: 32(g) Zsir: 15(g)Cuk: 0(g)Só: 2(g) Tel.Zs: 5(g)Ca: 15(mg) Allergén:Szójabab,Glutén,</p>