

Étlap (felnőttek 19-60 év)

2018.04.02 - 2018.04.08



	Hétfő 2018.04.02	Kedd 2018.04.03	Szerda 2018.04.04	Csütörtök 2018.04.05	Péntek 2018.04.06
Tízórai	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:
Ebéd	Nincs főzés E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	Palóc leves ízes palacsinta Alma E:8 101(Kj) 1 938(KCal) F: 31(g)Kol:151(g)Sz:440(g) Zsir: 41(g)Cuk: 1(g)Só:1,84(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén, Tojás, Szójabab, Tej,Zelle	Gyümölcs leves Rántott halfilé Mexikói rizs Csalamádé E:6 165(Kj) 1 475(KCal) F: 33(g)Kol: 91(g)Sz:135(g) Zsir: 95(g)Cuk: 31(g)Só:2,88(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén, Tojás, Szójabab, Tej,Zelle	Daragaluska leves Székelykáposzta E:1 842(Kj) 441(KCal) F: 29(g)Kol:112(g)Sz: 46(g) Zsir: 22(g)Cuk: 2(g)Só:3,23(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén, Tojás, Szójabab, Tej,Zelle	Savanyú burgonya leves Hentes tokány Párolt rizs E:3 381(Kj) 809(KCal) F: 28(g)Kol: 52(g)Sz:110(g) Zsir: 38(g)Cuk: 1(g)Só:4,23(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén, Tojás, Szójabab, Tej,Zelle
Uzsonna	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:	E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:

Étlap (felső tagozatosok 11-14)

2018.04.02 - 2018.04.08



Tízórai	Hétfő 2018.04.02	Kedd 2018.04.03	Szerda 2018.04.04	Csütörtök 2018.04.05	2018.04.06
<p>Nincs főzés</p> <p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>	<p>Nincs főzés</p> <p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>	<p>Kenőmájás graham kenyér Paprika</p> <p>E: 849(Kj) 203(KCal) F: 7(g)Kol: 22(g)Sz: 31(g) Zsir: 4(g)Cuk: 1(g)Só:0,98(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,</p>	<p>Margarinos teljes kiőrlésű kenyér Túrista Paradicsom</p> <p>E:1 639(Kj) 392(KCal) F: 17(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g) Zsir: 22(g)Cuk: 0(g)Só:0,01(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tej,Szójabab,</p>	<p>Zöldfűszeres vajkrémes rozskenyér Gyümölcs tea</p> <p>E:1 077(Kj) 258(KCal) F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 47(g) Zsir: 4(g)Cuk: 9(g)Só:0,08(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>	
<p>Nincs főzés</p> <p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>	<p>Nincs főzés</p> <p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>	<p>Gyümölcs leves Rántott halfilé Mexikói rizs Csalamádé</p> <p>E:4 894(Kj) 1 171(KCal) F: 28(g)Kol: 81(g)Sz: 113(g) Zsir: 72(g)Cuk: 24(g)Só:2,46(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zelle</p>	<p>Daragaluska leves Székelykáposzta</p> <p>E:1 888(Kj) 452(KCal) F: 26(g)Kol: 91(g)Sz: 56(g) Zsir: 18(g)Cuk: 2(g)Só:3,29(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zelle</p>	<p>Savanyú burgonya leves Hentes tokány Párolt rizs</p> <p>E:2 849(Kj) 682(KCal) F: 24(g)Kol: 46(g)Sz: 95(g) Zsir: 30(g)Cuk: 1(g)Só:3,46(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zelle</p>	
<p>Uzsonna</p> <p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>	<p>Kifli Szalámis medve sajt</p> <p>E: 838(Kj) 200(KCal) F: 8(g)Kol: 179(g)Sz: 28(g) Zsir: 6(g)Cuk: 1(g)Só:0,67(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén, Tej,</p>	<p>Gyümölcsös joghurt</p> <p>E: 434(Kj) 104(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 21(g) Zsir: 4(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,</p>	<p>Túrós rudi</p> <p>E: 350(Kj) 84(KCal) F: 2(g)Kol: 31(g)Sz: 9(g) Zsir: 44(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,</p>	<p>Túrós rudi</p> <p>E: 350(Kj) 84(KCal) F: 2(g)Kol: 31(g)Sz: 9(g) Zsir: 44(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,</p>	

Étlap (alsó tagozatosok 7-10)

2018.04.02 - 2018.04.08



Hétfő 2018.04.02	Kedd 2018.04.03	Szerda 2018.04.04	Csütörtök 2018.04.05	2018.07.06
<p>Tízórai</p> <p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>	<p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>	<p>Kenőmájás graham kenyér Paprika</p> <p>E: 749(Kj) 179(KCal) F: 6(g)Kol: 22(g)Sz: 27(g) Zsir: 4(g)Cuk: 1(g)Só:0,84(g) Tel.Zs: 1(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,</p>	<p>Margarinos teljes kiőrlésű kenyér Túrista Paradicsom</p> <p>E:1 366(Kj) 327(KCal) F: 13(g)Kol: 0(g)Sz: 28(g) Zsir: 18(g)Cuk: 0(g)Só:0,01(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tej,Szójabab,</p>	<p>Zöldfűszeres vajkrémes rozskenyér Gyümölcs tea</p> <p>E: 968(Kj) 232(KCal) F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 42(g) Zsir: 4(g)Cuk: 9(g)Só:0,08(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>
<p>Nincs főzés</p> <p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>	<p>Nincs főzés</p> <p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>	<p>Gyümölcs leves Rántott halfilé Mexikói rizs Csalamádé</p> <p>E:4 887(Kj) 1 169(KCal) F: 27(g)Kol: 81(g)Sz:112(g) Zsir: 72(g)Cuk: 24(g)Só:2,46(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Szójabab,Tej,Zelle</p>	<p>Daragluska leves Székelykáposzta</p> <p>E:1 886(Kj) 451(KCal) F: 26(g)Kol: 91(g)Sz: 56(g) Zsir: 18(g)Cuk: 2(g)Só:3,29(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Szójabab,Tej,Zelle</p>	<p>Savanyú burgonya leves Hentes tokány Párolt rizs</p> <p>E:2 849(Kj) 682(KCal) F: 24(g)Kol: 46(g)Sz: 95(g) Zsir: 30(g)Cuk: 1(g)Só:3,46(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Szójabab,Tej,Zelle</p>
<p>Úzsonna</p> <p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>	<p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>	<p>Kifli Szalámis medve sajt</p> <p>E: 838(Kj) 200(KCal) F: 8(g)Kol:179(g)Sz: 28(g) Zsir: 6(g)Cuk: 1(g)Só:0,67(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tej,</p>	<p>Gyümölcsös joghurt</p> <p>E: 434(Kj) 104(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 21(g) Zsir: 4(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,</p>	<p>Túró rudi</p> <p>E: 350(Kj) 84(KCal) F: 2(g)Kol: 31(g)Sz: 9(g) Zsir: 44(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,</p>

fügyös (nővér)
Élelmezésvezető

Étlap (3-6 éves)

2018.04.02 - 2018.04.08



Hétfő 2018.04.02	Kedd 2018.04.03	Szerda 2018.04.04	Csütörtök 2018.04.05
<p>Tízórai</p> <p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>	<p>Sajtkrémés graham kenyér Tej</p> <p>E: 1 027(Kj) 246(KCal) F: 11(g)Kol: 28(g)Sz: 32(g) Zsir: 7(g)Cuk: 1(g)Só:0,80(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>	<p>Kenőmájás graham kenyér Paprika Kakaó</p> <p>E:1 243(Kj) 297(KCal) F: 12(g)Kol: 50(g)Sz: 39(g) Zsir: 10(g)Cuk: 8(g)Só:0,70(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tej,</p>	<p>Margarinos teljes kiőrlésű kenyér Túrista Paradicsom Tej</p> <p>E:1 645(Kj) 394(KCal) F: 17(g)Kol: 28(g)Sz: 33(g) Zsir: 22(g)Cuk: 0(g)Só:0,01(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tej,Szójabab,</p>
<p>Ebéd</p> <p>Nincs főzés</p> <p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>	<p>Palóc leves Ízes palacsinta Alma</p> <p>E:4 462(Kj) 1 067(KCal) F: 16(g)Kol: 65(g)Sz:242(g) Zsir: 17(g)Cuk: 1(g)Só:1,20(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Szójabab,Tej,Zelle</p>	<p>Gyümölcs leves Rántott halfilé Mexikói rizs Csalamádé</p> <p>E:3 641(Kj) 871(KCal) F: 23(g)Kol: 71(g)Sz: 90(g) Zsir: 49(g)Cuk: 20(g)Só:2,05(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Szójabab,Tej,Zelle</p>	<p>Daragaluska leves Székelykáposzta</p> <p>E:1 360(Kj) 325(KCal) F: 21(g)Kol: 75(g)Sz: 37(g) Zsir: 14(g)Cuk: 1(g)Só:2,50(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tojás,Szójabab,Tej,Zelle</p>
<p>Uzsonna</p> <p>E: 0(Kj) 0(KCal) F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g) Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:</p>	<p>Vajkrémés kenyér</p> <p>E: 685(Kj) 164(KCal) F: 4(g)Kol: 12(g)Sz: 25(g) Zsir: 4(g)Cuk: 0(g)Só:0,70(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,Glutén,</p>	<p>Kifli Szalámis medve sajt</p> <p>E: 548(Kj) 131(KCal) F: 6(g)Kol:179(g)Sz: 15(g) Zsir: 5(g)Cuk: 1(g)Só:0,67(g) Tel.Zs: 3(g)Ca: 0(mg) Allergén:Glutén,Tej,</p>	<p>Gyümölcsös joghurt</p> <p>E: 434(Kj) 104(KCal) F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 21(g) Zsir: 4(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,</p>
			<p>Túrós rudi</p> <p>E: 350(Kj) 84(KCal) F: 2(g)Kol: 31(g)Sz: 9(g) Zsir: 44(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg) Allergén:Tej,</p>