

	Hétfő 16.	Kedd 17.	Szerda 18.	Csütörtök 19.	Péntek 20.		
	Tea	Gyümölcsstea	Tea	Kakaó	Tej		
Reggeli	Vajas kifli, paprika Allergének: 1,2 Só: 1,5 g E:258 Kcal F:7 g Szh:28 g Zs: 9 g cukor:8,4 g telített zs:1,4 g	Májkrém,rozskenyér ,lilahagyma Allergének: 1,8 Só: 1,9 g E:282 Kcal F:12 g Szh:31 g Zs: 12 g cukor:7,6 g telített zs:1,9 g	Nutella, zsemle Allergének:1,2,9 Só:1,8 g E:256 KcalF:14 gSzh:43 g zs:12 g cukor:19,8 g telített zs:1,7 g	Kalács, margarin Allergének:1,2,3 Só:1,6 g E:256 KcalF:12 gSzh:43 g zs:11 g cukor:18,8 g telített zs:1,7 g	Lekváros kifli Allergének: 1,2,12 Só:1,5 g E:262 kcal F:8 gSzh:45 g Zs:9 g c:17,6 g telített zs:1,9 g	H.vacs.:Cs.papr.,gal.,all:1,2,3,9 ,11 só:3,5 g E:592 kcal F:17 g Szh:68 g Zs:23 g cukor:22,7 g Telített zs:3,6 g	
Ebéd	Zöldségleves  Bolognai spagetti- ivólé Allergének: 1,3,5,12 Só: 3,9 g E: 715 kcal F:20 g Szh:60 g Zs:26 g Cukor:13,3 g telített zsír:3,6 g	Rántott leves  Rántott szelet-rizs cékla Allergének:1,2,3,12 Só: 4,1 g E:735 Kcal F:18 g Szh:75 g Zs:22 g cukor:21,5 g telített zsír: 3,7 g	Brokkoli krémleves  Paprikás burgonya, kolbász Uborka savanyúság Allergének: 1,3,8,12 Só: 3,7 g E:674 Kcal F:19 g Szh:58 gZs:23 g Cukor:9,5 g telített zsír: 3,5 g	Zöldborsófőzelék  Sertés pörkölt Túrós batyu Allergének:1,2,3 Só: 3,8 g E: 708 Kcal F:17 gSzh:71 g Zs:28 g Cukor:22,6 gTelített zs:3,4 g	Zöldséges, csipetkés bableves  Darás tészta Allergének: 1,3 Só: 3,1 g E: 645 Kcal F:13 gSzh:58 g Zs:22 g Cukor:10,6 gTelített zs:2,7 g	Péntek vacs.:Mákos kifli, műzliszelet All.:1,2,3,9,11 só:3,1 g E: 389 Kcal F:13 g Szh:68 gZs:15 g cukor: 19,8 g telített zs: 3,6 g	K.vacs.:Hot-dog, tea all:1,8,12 só:3,1g E:348 KcalF:15 gSzh:35 g Zs:16 g cukor:8,5 g t.zs.:2,4 g  Szerda vacs.:Lencséfőzelék, csem.sertés sült All.:1,2,3 só:2,4 g E:434 Kcal F:13 gSzh:42 g Zs:22 g cukor: 8,6 g telített zs: 2,8 g
Uzsonna	Párizsis zsemle, uborka Allergének: 1,8 Só: 1,8 g E:272 kcal F:12 g Szh:28 g Zs:11 g telített zs:2,1 g cukor:6,4 g	Sonkás zsemle Allergének: 1,2 Só: 1,3 g E:236Kcal F:8 g Szh:35 gZs:7 g Telített zs: 1,2 g cukor:9,51 g	Korpás kifli, medve sajt Allergének: 1,2 Só: 1,4 g E:215 Kcal F:11 g Szh:27 gZs:10 g Telített zs: 1,7 g cukor:6,3 g	Korpás kifli, dzsem Allergének: 1,2,8 Só:1,7 g E: 274 Kcal F:13 g Szh:30 g Zs:12 g telített zs:1,5 g cukor:10,3 g	Gyümölcsjoghurt, kifli Allergének:1,2 Só: 1,4 g E:248 Kcal F:8 g szh:40 gZs:8 g telített zsír:1,7 g cukor:14,3 g	Csütörtök vacs.:Rizses hús all.: só:3,8 g E:589 Kcal F:18 g Szh:56 g Zs:27 g cukor: 12,7 g telített zs.:3,6 g	

**Allergén anyagok:** 1. Glutént tartalmazó gabonafélék 2. Tej és abból készült termékek /+laktóz/ 3. Tojás és a belőle készült termékek 4. Földimogyoró és a belőle készült termékek 5. Zeller és a belőle készült termékek 6. Rákfélék és a belőle készült termékek 7. Hal és a belőle készült termékek 8. Szójabab és a belőle készült termékek 9. Diófélék, mandula, mogyoró, kesudió és a belőle készült termékek 10. Mustár és a belőle készült termékek 11. Szezámag és a belőle készült termékek 12. Kéndioxid és az SO2-ben kifejezett szulfidok 13. Csillagfürt és a belőle készült termékek 14. Puhatestűek és a belőle készült termékek.

**B.Sz. ny. 318--204. r. sz.** - Heti étlap - PIÉRT-Nyomell. 5795. 79-12 032 (O) Komáromi nyomda

**Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!**