

16. hét 2025. április 14 - 2025. április 18

Étlap

Étkezés	2025.04.14 Hétfő	2025.04.15 Kedd	2025.04.16 Szerda	2025.04.17 Csütörtök	2025.04.18 Péntek
Tízórai	<p>Jó reggelt gyümölcs tea¹²</p> <p>E: 33kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 8g, Cuk: 8g, Só: 0,0g</p> <p>Vaj⁷</p> <p>E: 73kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p>Fehér formakenyér¹</p> <p>E: 133kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p> <p>Méz</p> <p>E: 33kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 8g, Cuk: 8g, Só: 0,0g</p>	<p>Tej1,5%⁷</p> <p>E: 97kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p>Briós^{**1,3,7}</p> <p>E: 119kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 21g, Cuk: 3g, Só: 0,3g</p>	<p>Friss citromos tea</p> <p>E: 33kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 8g, Cuk: 8g, Só: 0,0g</p> <p>TK formakenyér¹</p> <p>E: 117kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p> <p>Zöldpaprika</p> <p>E: 6kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p>Körözött^{3,7,10}</p> <p>E: 70kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 0g, Feh.: 31g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>		
Ebéd	<p>Babgulyás sertés combból^{1,3,7,9,10}</p> <p>E: 348kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 0g, Feh.: 22g, CH: 31g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p>Tejbegríz kukoricadarából⁷</p> <p>E: 259kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 9g, CH: 46g, Cuk: 20g, Só: 0,2g</p> <p>Félbarna kenyér¹</p> <p>E: 128kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p> <p>Kakaó szórát</p> <p>E: 24kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 6g, Cuk: 6g, Só: 0,0g</p> <p>Szezonális gyümölcs</p> <p>E: 96kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 20g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p>Daragaluska-leves^{1,3,7,9,10}</p> <p>E: 285kcal, Zsír: 19g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 23g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p>Kapros tejfölös pulykaragu^{1,7}</p> <p>E: 186kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 1g, Feh.: 16g, CH: 7g, Cuk: 1g, Só: 0,2g</p> <p>Tészta köret^{1,3}</p> <p>E: 314kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 12g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p> <p>Csokinyuszj^{1,7,15,16}</p> <p>E: 5kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p>Zöldborsóleves^{**1,3,7,9,10}</p> <p>E: 182kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 22g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p>Paradicsomos húsgombóc^{*1,3,7,9}</p> <p>E: 327kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 0g, Feh.: 17g, CH: 37g, Cuk: 11g, Só: 0,2g</p> <p>Főtt burgonya</p> <p>E: 236kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 46g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p>Félbarna kenyér¹</p> <p>E: 128kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,8g</p>		
Uzsonna	<p>Flóra margarin⁷</p> <p>E: 63kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p>TK zsemle 50 g^{**1}</p> <p>E: 146kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p> <p>Kígyóuborka</p> <p>E: 4kcal, Zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p>Sertéspárizs^{1,6,7}</p> <p>E: 66kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p>	<p>Ráma margarin</p> <p>E: 63kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,5g</p> <p>Lenmagos TK zsemle¹</p> <p>E: 164kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 30g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p> <p>Jégcsapretek</p> <p>E: 4kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p>Olasz felvágott⁶</p> <p>E: 78kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,7g</p>	<p>Bords Eve Olívaolajjal^{7,17}</p> <p>E: 53kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p>Burgonyás zsemle^{1,12}</p> <p>E: 136kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 28g, Cuk: 0g, Só: 1,1g</p> <p>Zöldséges szelet(pulyka)^{6,10}</p> <p>E: 38kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p>		

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

Allergének:1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezámag és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfűrt, 15. Dióféléket tartalmazhat, 16. Földimogyorót tartalmazhat, 17. Szezámagot tartalmazhat