

Ételallergiás ebéd

2023. február 27. - 2023. március 5.

Minden felvágott: glutén-, tej- és szójamentes. A kenyerek, péksütemények tejmentesek. Margarin: Liga margarin.

09. hét	Tejfehérje mentes	Tejfehérje, tojás mentes	GLUTÉNMENTES	Glutén, tejfehérje mentes	Vegetariánus	Sertéshúsmentes	Laktózmentes
2023.02.27 Hétfő	Gyümölcs tea, Zöldfűszeres szendvicsskrém, Félbarna kenyér ⁽¹⁾ energia: 215kcal, zsír: 3,7g, tel.zsír: 0g, fehérje: 6g, szénhidrát: 39g, só: 0,5g	Gyümölcs tea, Zöldfűszeres szendvicsskrém, Félbarna kenyér ⁽¹⁾ energia: 215kcal, zsír: 3,7g, tel.zsír: 0g, fehérje: 6g, szénhidrát: 39g, só: 0,5g	Tej ⁽⁷⁾ , Zöldfűszeres szendvicsskrém, Gluténmentes kenyér energia: 226kcal, zsír: 10,7g, tel.zsír: 3,1g, fehérje: 7,2g, szénhidrát: 25,5g, só: 1g	Gyümölcs tea, Zöldfűszeres szendvicsskrém, Gluténmentes kenyér energia: 134kcal, zsír: 5,1g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,4g, szénhidrát: 22,1g, só: 0,8g	Tej ⁽⁷⁾ , Fatörzs kifli ^(1,3,5,7) energia: 320kcal, zsír: 7,3g, tel.zsír: 3g, fehérje: 9,2g, szénhidrát: 48,4g, só: 0,3g	Tej ⁽⁷⁾ , Fatörzs kifli ^(1,3,5,7) energia: 320kcal, zsír: 7,3g, tel.zsír: 3g, fehérje: 9,2g, szénhidrát: 48,4g, só: 0,3g	Tej LM, Zöldfűszeres szendvicsskrém, Félbarna kenyér ⁽¹⁾ energia: 264kcal, zsír: 6,7g, tel.zsír: 2g, fehérje: 12,6g, szénhidrát: 37,4g, só: 1g
	Csirkebecsinált leves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Tejbendara, rizstejes ⁽¹⁾ Fahéj szórás Gyümölcs energia: 599kcal, zsír: 11g, tel.zsír: 1,2g, fehérje: 25,2g, szénhidrát: 98,4g, só: 0,8g	Csirkebecsinált leves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Tejbendara, rizstejes ⁽¹⁾ Fahéj szórás Gyümölcs energia: 599kcal, zsír: 11g, tel.zsír: 1,2g, fehérje: 25,2g, szénhidrát: 98,4g, só: 0,8g	Csirkebecsinált leves ⁽⁹⁾ Levesbetét GM Tejbendara kukoricadarával ⁽⁷⁾ Fahéj szórás Gyümölcs energia: 666kcal, zsír: 14,9g, tel.zsír: 3,1g, fehérje: 31,6g, szénhidrát: 99,9g, só: 1,2g	Csirkebecsinált leves ⁽⁹⁾ Levesbetét GM Tejbendara kukoricadarával Fahéj szórás Gyümölcs energia: 650kcal, zsír: 13,6g, tel.zsír: 1,4g, fehérje: 24,3g, szénhidrát: 106,1g, só: 0,9g	Zöldségragu leves Levesbetét ⁽¹⁾ Tejbendara ^(1,7) Fahéj szórás Gyümölcs energia: 587kcal, zsír: 10,9g, tel.zsír: 2,5g, fehérje: 17g, szénhidrát: 104g, só: 1,1g	Csirkebecsinált leves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Tejbendara ^(1,7) Fahéj szórás Gyümölcs energia: 671kcal, zsír: 13,9g, tel.zsír: 2,9g, fehérje: 32,5g, szénhidrát: 102,7g, só: 1,1g	Csirkebecsinált leves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Tejbendara, rizstejes ⁽¹⁾ Fahéj szórás Gyümölcs energia: 599kcal, zsír: 11g, tel.zsír: 1,2g, fehérje: 25,2g, szénhidrát: 98,4g, só: 0,8g
	Csemege szalámi, Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Zöldség energia: 322kcal, zsír: 15,7g, tel.zsír: 5,2g, fehérje: 10,7g, szénhidrát: 33,9g, só: 0,7g	Csemege szalámi, Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Zöldség energia: 322kcal, zsír: 15,7g, tel.zsír: 5,2g, fehérje: 10,7g, szénhidrát: 33,9g, só: 0,7g	Csemege szalámi, Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Zöldség energia: 237kcal, zsír: 16,8g, tel.zsír: 5,1g, fehérje: 5,7g, szénhidrát: 16,2g, só: 1g	Csemege szalámi, Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Zöldség energia: 237kcal, zsír: 16,8g, tel.zsír: 5,1g, fehérje: 5,7g, szénhidrát: 16,2g, só: 1g	Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Zöldfűszeres szendvicsskrém, Zöldség energia: 249kcal, zsír: 9,6g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 5,8g, szénhidrát: 34,3g, só: 0,6g	Zöldfűszeres szendvicsskrém, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Zöldség energia: 199kcal, zsír: 4,1g, tel.zsír: 0,2g, fehérje: 5,8g, szénhidrát: 34,3g, só: 0,5g	Csemege szalámi, Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Zöldség energia: 322kcal, zsír: 15,7g, tel.zsír: 5,2g, fehérje: 10,7g, szénhidrát: 33,9g, só: 0,7g
2023.02.28 Kedd	Gyümölcs tea, Zsemle ⁽¹⁾ , Mini lekvár, Minimargarin	Gyümölcs tea, Zsemle ⁽¹⁾ , Mini lekvár, Minimargarin	Gyümölcs tea, Sajtkrém ⁽⁷⁾ , Gluténmentes kenyér, Zöldség	Gyümölcs tea, Mini lekvár, Gluténmentes	Gyümölcs tea, Sajtkrém ⁽⁷⁾ , Zsemle ⁽¹⁾ , Zöldség	Gyümölcs tea, Sajtkrém ⁽⁷⁾ , Zsemle ⁽¹⁾ , Zöldség	Gyümölcs tea, Zsemle ⁽¹⁾ , Mini lekvár, Minimargarin

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

Ételallergiás ebéd

2023. február 27. - 2023. március 5.

Minden felvágott: glutén-, tej- és szójamentes. A kenyerek, péksütemények tejmentesek. Margarin: Liga margarin.

	energia: 288kcal, zsír: 5,9g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 4,8g, szénhidrát: 53,6g, só: 0,9g	energia: 288kcal, zsír: 5,9g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 4,8g, szénhidrát: 53,6g, só: 0,9g	energia: 263kcal, zsír: 17,5g, tel.zsír: 9,2g, fehérje: 2,9g, szénhidrát: 24,1g, só: 0,8g	kenyér, Minimargarin energia: 226kcal, zsír: 7,5g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 0,4g, szénhidrát: 39,5g, só: 0,4g	energia: 326kcal, zsír: 15,8g, tel.zsír: 9,2g, fehérje: 7,3g, szénhidrát: 38,1g, só: 1,3g	energia: 326kcal, zsír: 15,8g, tel.zsír: 9,2g, fehérje: 7,3g, szénhidrát: 38,1g, só: 1,3g	energia: 288kcal, zsír: 5,9g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 4,8g, szénhidrát: 53,6g, só: 0,9g
	Reszelt tésztaleves^(1,9) Pulykapörkölt Tökfőzelék kapros Narancs energia: 635kcal, zsír: 23,7g, tel.zsír: 1,8g, fehérje: 27g, szénhidrát: 75,3g, só: 2,1g	Reszelt tésztaleves^(1,9) Pulykapörkölt Tökfőzelék kapros Narancs energia: 635kcal, zsír: 23,7g, tel.zsír: 1,8g, fehérje: 27g, szénhidrát: 75,3g, só: 2,1g	Reszelt tésztaleves⁽⁹⁾ Tökfőzelék⁽⁷⁾ Pulykapörkölt Narancs energia: 608kcal, zsír: 18,6g, tel.zsír: 2,1g, fehérje: 29,4g, szénhidrát: 77,7g, só: 1,8g	Reszelt tésztaleves⁽⁹⁾ Pulykapörkölt Tökfőzelék kapros Narancs energia: 661kcal, zsír: 23,7g, tel.zsír: 1,8g, fehérje: 27,5g, szénhidrát: 81g, só: 2,1g	Reszelt tésztaleves^(1,9) Tökfőzelék⁽⁷⁾ Főtt tojás⁽³⁾ Narancs energia: 472kcal, zsír: 14,2g, tel.zsír: 3,5g, fehérje: 19g, szénhidrát: 64,8g, só: 1,4g	Reszelt tésztaleves^(1,9) Tökfőzelék⁽⁷⁾ Pulykapörkölt Narancs energia: 583kcal, zsír: 18,5g, tel.zsír: 2,1g, fehérje: 28,9g, szénhidrát: 71,9g, só: 1,8g	Reszelt tésztaleves^(1,9) Pulykapörkölt Tökfőzelék kapros Narancs energia: 635kcal, zsír: 23,7g, tel.zsír: 1,8g, fehérje: 27g, szénhidrát: 75,3g, só: 2,1g
	Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Házi húskrém, Zöldség energia: 234kcal, zsír: 5,2g, tel.zsír: 0,6g, fehérje: 15,9g, szénhidrát: 30,6g, só: 0,1g	Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Házi húskrém, Zöldség energia: 234kcal, zsír: 5,2g, tel.zsír: 0,6g, fehérje: 15,9g, szénhidrát: 30,6g, só: 0,1g	Gluténmentes kenyér, Házi húskrém energia: 158kcal, zsír: 6,4g, tel.zsír: 0,6g, fehérje: 10,2g, szénhidrát: 15,3g, só: 0,4g	Gluténmentes kenyér, Házi húskrém, Zöldség energia: 167kcal, zsír: 6,5g, tel.zsír: 0,6g, fehérje: 10,6g, szénhidrát: 16,9g, só: 0,4g	Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Minimargarin, Mini lekvár energia: 264kcal, zsír: 6,2g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 5,7g, szénhidrát: 46g, só: 0,2g	Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Házi húskrém energia: 225kcal, zsír: 5,1g, tel.zsír: 0,6g, fehérje: 15,5g, szénhidrát: 29g, só: 0,1g	Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Házi húskrém, Zöldség energia: 234kcal, zsír: 5,2g, tel.zsír: 0,6g, fehérje: 15,9g, szénhidrát: 30,6g, só: 0,1g
2023.03.01 Szerda	Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Zala felvágott, Minimargarin, Zöldség energia: 328kcal, zsír: 14,3g, tel.zsír: 4,5g, fehérje: 12,2g, szénhidrát: 37,2g, só: 1,2g	Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Zala felvágott, Minimargarin, Zöldség energia: 328kcal, zsír: 14,3g, tel.zsír: 4,5g, fehérje: 12,2g, szénhidrát: 37,2g, só: 1,2g	Gyümölcs tea, Zala felvágott, Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Zöldség energia: 260kcal, zsír: 15,6g, tel.zsír: 4,4g, fehérje: 6,9g, szénhidrát: 23,5g, só: 1,4g	Gyümölcs tea, Zala felvágott, Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Zöldség energia: 260kcal, zsír: 15,6g, tel.zsír: 4,4g, fehérje: 6,9g, szénhidrát: 23,5g, só: 1,4g	Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Minimargarin, Sajt szelet⁽⁷⁾, Zöldség energia: 379kcal, zsír: 17,6g, tel.zsír: 8,7g, fehérje: 17,1g, szénhidrát: 37,6g, só: 1,1g	Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Minimargarin, Sajt szelet⁽⁷⁾, Zöldség energia: 379kcal, zsír: 17,6g, tel.zsír: 8,7g, fehérje: 17,1g, szénhidrát: 37,6g, só: 1,1g	Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Zala felvágott, Minimargarin, Zöldség energia: 328kcal, zsír: 14,3g, tel.zsír: 4,5g, fehérje: 12,2g, szénhidrát: 37,2g, só: 1,2g
	Gombakrémleves Pirított zsemlekokca⁽¹⁾ Rizseshús Csalamádé energia: 825kcal, zsír: 31,3g, tel.zsír: 3,4g, fehérje:	Gombakrémleves Pirított zsemlekokca⁽¹⁾ Rizseshús Csalamádé energia: 825kcal, zsír: 31,3g, tel.zsír: 3,4g, fehérje:	Gombakrémleves⁽⁷⁾ Figurás kukorica pehely Rizseshús Csalamádé energia: 852kcal, zsír: 30g, tel.zsír: 2,8g, fehérje: 49,4g, szénhidrát: 91,6g, só: 2,8g	Gombakrémleves Figurás kukorica pehely Rizseshús Csalamádé energia: 794kcal, zsír: 27,5g, tel.zsír: 1,4g, fehérje:	Gombakrémleves⁽⁷⁾ Pirított zsemlekokca⁽¹⁾ Zöldséges-tofusz rizs⁽⁶⁾ Csalamádé energia: 620kcal, zsír: 22,2g, tel.zsír: 4,7g, fehérje: 18,6g, szénhidrát: 83,8g, só: 2,4g	Gombakrémleves⁽⁷⁾ Pirított zsemlekokca⁽¹⁾ Rizseshús (szárnyas) Csalamádé energia: 715kcal, zsír: 24,5g, tel.zsír: 5,7g, fehérje: 30,9g, szénhidrát: 90g, só: 2,6g	Gombakrémleves Pirított zsemlekokca⁽¹⁾ Rizseshús Csalamádé energia: 825kcal, zsír: 31,3g, tel.zsír: 3,4g, fehérje:

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

Ételallergiás ebéd

2023. február 27. - 2023. március 5.

Minden felvágott: glutén-, tej- és szójamentes. A kenyerek, péksütemények tejmentesek. Margarin: Liga margarin.

	45,7g, szénhidrát: 85,8g, só: 2,8g	45,7g, szénhidrát: 85,8g, só: 2,8g		45,8g, szénhidrát: 86,8g, só: 2,7g			45,7g, szénhidrát: 85,8g, só: 2,8g
	Zsemle ⁽¹⁾ , Gépsonka, Minimargarin energia: 249kcal, zsír: 8,7g, tel.zsír: 2,5g, fehérje: 13,8g, szénhidrát: 28,7g, só: 1,3g	Zsemle ⁽¹⁾ , Gépsonka, Minimargarin energia: 249kcal, zsír: 8,7g, tel.zsír: 2,5g, fehérje: 13,8g, szénhidrát: 28,7g, só: 1,3g	Kocka sajt ⁽⁷⁾ , Gluténmentes kenyér energia: 110kcal, zsír: 4,7g, tel.zsír: 1,1g, fehérje: 2,3g, szénhidrát: 15,3g, só: 0,4g	Minimargarin, Gépsonka, Gluténmentes kenyér energia: 187kcal, zsír: 10,4g, tel.zsír: 2,5g, fehérje: 9,3g, szénhidrát: 14,7g, só: 0,8g	Kocka sajt ⁽⁷⁾ , Zsemle ⁽¹⁾ energia: 173kcal, zsír: 3,1g, tel.zsír: 1,1g, fehérje: 6,7g, szénhidrát: 29,3g, só: 0,9g	Kocka sajt ⁽⁷⁾ , Zsemle ⁽¹⁾ energia: 173kcal, zsír: 3,1g, tel.zsír: 1,1g, fehérje: 6,7g, szénhidrát: 29,3g, só: 0,9g	Zsemle ⁽¹⁾ , Gépsonka, Minimargarin energia: 249kcal, zsír: 8,7g, tel.zsír: 2,5g, fehérje: 13,8g, szénhidrát: 28,7g, só: 1,3g
2023.03.02 Csütörtök	Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Miniméz energia: 282kcal, zsír: 6,2g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 5,6g, szénhidrát: 51,9g, só: 0,2g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Miniméz energia: 282kcal, zsír: 6,2g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 5,6g, szénhidrát: 51,9g, só: 0,2g	Tej ⁽⁷⁾ , Minimargarin, Miniméz, Gluténmentes kenyér energia: 306kcal, zsír: 13,1g, tel.zsír: 4,6g, fehérje: 7,2g, szénhidrát: 41,6g, só: 0,6g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Miniméz, Gluténmentes kenyér energia: 214kcal, zsír: 7,5g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 0,4g, szénhidrát: 38,2g, só: 0,4g	Tej ⁽⁷⁾ , Minimargarin, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Miniméz energia: 373kcal, zsír: 11,8g, tel.zsír: 4,6g, fehérje: 12,4g, szénhidrát: 55,3g, só: 0,4g	Tej ⁽⁷⁾ , Minimargarin, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Miniméz energia: 373kcal, zsír: 11,8g, tel.zsír: 4,6g, fehérje: 12,4g, szénhidrát: 55,3g, só: 0,4g	Tej LM, Minimargarin, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Miniméz energia: 330kcal, zsír: 9,2g, tel.zsír: 3,5g, fehérje: 12,2g, szénhidrát: 50,3g, só: 0,7g
	Zöldséges karfiolleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Parajos tonhal ⁽⁴⁾ Tészta köret ⁽¹⁾ energia: 640kcal, zsír: 21,5g, tel.zsír: 2,2g, fehérje: 22,8g, szénhidrát: 88,2g, só: 1,1g	Zöldséges karfiolleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Parajos tonhal ⁽⁴⁾ Tészta köret ⁽¹⁾ energia: 640kcal, zsír: 21,5g, tel.zsír: 2,2g, fehérje: 22,8g, szénhidrát: 88,2g, só: 1,1g	Zöldséges karfiolleves ⁽⁹⁾ Levesbetét GM Parajos tonhal ^(4,7) Tészta köret GM energia: 672kcal, zsír: 24,3g, tel.zsír: 2,5g, fehérje: 17,1g, szénhidrát: 89,8g, só: 1,5g	Zöldséges karfiolleves ⁽⁹⁾ Levesbetét GM Parajos tonhal ⁽⁴⁾ Tészta köret GM energia: 650kcal, zsír: 21,9g, tel.zsír: 2,5g, fehérje: 16,6g, szénhidrát: 90,1g, só: 1,6g	Zöldséges karfiolleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Tejszínes paraj ⁽⁷⁾ Tészta köret ⁽¹⁾ energia: 630kcal, zsír: 23,6g, tel.zsír: 2,1g, fehérje: 16,2g, szénhidrát: 87,4g, só: 1g	Zöldséges karfiolleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Parajos tonhal ^(4,7) Tészta köret ⁽¹⁾ energia: 662kcal, zsír: 23,9g, tel.zsír: 2,1g, fehérje: 23,3g, szénhidrát: 87,9g, só: 1,1g	Zöldséges karfiolleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Parajos tonhal ⁽⁴⁾ Tészta köret ⁽¹⁾ energia: 640kcal, zsír: 21,5g, tel.zsír: 2,2g, fehérje: 22,8g, szénhidrát: 88,2g, só: 1,1g
	Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Párizsi (sertés), Zöldség energia: 306kcal, zsír: 13,8g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 10,5g, szénhidrát: 34g, só: 0,9g	Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Párizsi (sertés), Zöldség energia: 306kcal, zsír: 13,8g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 10,5g, szénhidrát: 34g, só: 0,9g	Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Párizsi (sertés), Zöldség energia: 221kcal, zsír: 14,9g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 5,5g, szénhidrát: 16,2g, só: 1,2g	Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Párizsi (sertés), Zöldség energia: 221kcal, zsír: 14,9g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 5,5g, szénhidrát: 16,2g, só: 1,2g	Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Magyaros vajkrém ⁽⁷⁾ , Zöldség energia: 282kcal, zsír: 12,7g, tel.zsír: 0,2g, fehérje: 6,3g, szénhidrát: 35,4g, só: 0g	Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Magyaros vajkrém ⁽⁷⁾ , Zöldség energia: 282kcal, zsír: 12,7g, tel.zsír: 0,2g, fehérje: 6,3g, szénhidrát: 35,4g, só: 0g	Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Párizsi (sertés), Zöldség energia: 306kcal, zsír: 13,8g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 10,5g, szénhidrát: 34g, só: 0,9g

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

Ételallergiás ebéd

2023. február 27. - 2023. március 5.

Minden felvágott: glutén-, tej- és szójamentes. A kenyerek, péksütemények tejmentesek. Margarin: Liga margarin.

2023.03.03 Péntek	Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Kenőmájás energia: 297kcal, zsír: 11,8g, tel.zsír: 5,1g, fehérje: 11,9g, szénhidrát: 35,5g, só: 1,2g	Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Kenőmájás energia: 297kcal, zsír: 11,8g, tel.zsír: 5,1g, fehérje: 11,9g, szénhidrát: 35,5g, só: 1,2g	Gyümölcs tea, Snidlinges túrókrém ⁽⁷⁾ , Gluténmentes kenyér energia: 180kcal, zsír: 5,5g, tel.zsír: 1,8g, fehérje: 7,4g, szénhidrát: 25,9g, só: 0,8g	Gyümölcs tea, Kenőmájás, Gluténmentes kenyér energia: 230kcal, zsír: 13,1g, tel.zsír: 5,1g, fehérje: 6,6g, szénhidrát: 21,8g, só: 1,4g	Gyümölcs tea, Snidlinges túrókrém ⁽⁷⁾ , Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ energia: 248kcal, zsír: 4,2g, tel.zsír: 1,9g, fehérje: 12,7g, szénhidrát: 39,5g, só: 0,6g	Gyümölcs tea, Snidlinges túrókrém ⁽⁷⁾ , Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ energia: 248kcal, zsír: 4,2g, tel.zsír: 1,9g, fehérje: 12,7g, szénhidrát: 39,5g, só: 0,6g	Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Kenőmájás energia: 297kcal, zsír: 11,8g, tel.zsír: 5,1g, fehérje: 11,9g, szénhidrát: 35,5g, só: 1,2g
	Gyümölcs leves Sült csirkemell Tört burgonya Vitamin saláta energia: 539kcal, zsír: 15,3g, tel.zsír: 1,9g, fehérje: 27,3g, szénhidrát: 71,7g, só: 1,3g	Gyümölcs leves Sült csirkemell Tört burgonya Vitamin saláta energia: 539kcal, zsír: 15,3g, tel.zsír: 1,9g, fehérje: 27,3g, szénhidrát: 71,7g, só: 1,3g	Gyümölcs leves ⁽⁷⁾ Sült csirkemell Tört burgonya Vitamin saláta energia: 580kcal, zsír: 17,1g, tel.zsír: 2,8g, fehérje: 28,4g, szénhidrát: 76,7g, só: 1,3g	Gyümölcs leves Sült csirkemell Tört burgonya Vitamin saláta energia: 539kcal, zsír: 15,3g, tel.zsír: 1,9g, fehérje: 27,3g, szénhidrát: 71,7g, só: 1,3g	Gyümölcs leves ⁽⁷⁾ Rántott sajt sütőben sütv ^(1,3,7) Tört burgonya Vitamin saláta energia: 679kcal, zsír: 30,5g, tel.zsír: 11,6g, fehérje: 22,5g, szénhidrát: 76,9g, só: 1,9g	Gyümölcs leves ⁽⁷⁾ Sült csirkemell Tört burgonya Vitamin saláta energia: 580kcal, zsír: 17,1g, tel.zsír: 2,8g, fehérje: 28,4g, szénhidrát: 76,7g, só: 1,3g	Gyümölcs leves Sült csirkemell Tört burgonya Vitamin saláta energia: 539kcal, zsír: 15,3g, tel.zsír: 1,9g, fehérje: 27,3g, szénhidrát: 71,7g, só: 1,3g
	Zsemle ⁽¹⁾ , Minimargarin, Csirkesonka, Gyümölcs energia: 291kcal, zsír: 7g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 14,2g, szénhidrát: 41,8g, só: 1,8g	Zsemle ⁽¹⁾ , Minimargarin, Csirkesonka, Gyümölcs energia: 291kcal, zsír: 7g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 14,2g, szénhidrát: 41,8g, só: 1,8g	Minimargarin, Csirkesonka, Gluténmentes kenyér, Gyümölcs energia: 229kcal, zsír: 8,7g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 9,8g, szénhidrát: 27,8g, só: 1,3g	Minimargarin, Csirkesonka, Gluténmentes kenyér, Gyümölcs energia: 229kcal, zsír: 8,7g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 9,8g, szénhidrát: 27,8g, só: 1,3g	Magvas pereg ^(1,3,7) , Gyümölcs energia: 312kcal, zsír: 11g, tel.zsír: 0g, fehérje: 5,2g, szénhidrát: 44,5g, só: 0,9g	Zsemle ⁽¹⁾ , Minimargarin, Csirkesonka, Gyümölcs energia: 291kcal, zsír: 7g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 14,2g, szénhidrát: 41,8g, só: 1,8g	Zsemle ⁽¹⁾ , Minimargarin, Csirkesonka, Gyümölcs energia: 291kcal, zsír: 7g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 14,2g, szénhidrát: 41,8g, só: 1,8g
2023.03.04 Szombat							
2023.03.05 Vasárnap							

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. Csillagfürt

Ételallergiás ebéd

2023. február 27. - 2023. március 5.

Minden felvágott: glutén-, tej- és szójamentes. A kenyerek, péksütemények tejmentesek. Margarin: Liga margarin.

--	--	--	--	--	--	--	--

Ételallergiás ebéd

2023. március 20. - 2023. március 26.

Minden felvágott: glutén-, tej- és szójamentes. A kenyerek, péksütemények tejmentesek. Margarin: Liga margarin.

12. hét	Tejfehérje mentes	Tejfehérje, tojás mentes	GLUTÉNMENTES	Glutén, tejfehérje mentes	Vegetariánus	Sertéshúsmentes	Laktózmentes
2023.03.20 Hétfő	Gyümölcs tea, Zöldfűszeres szendvicskrém, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Zöldség energia: 210kcal, zsír: 3,9g, tel.zsír: 0,1g, fehérje: 6,1g, szénhidrát: 37,4g, só: 0,6g	Gyümölcs tea, Zöldfűszeres szendvicskrém, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Zöldség energia: 210kcal, zsír: 3,9g, tel.zsír: 0,1g, fehérje: 6,1g, szénhidrát: 37,4g, só: 0,6g	Gyümölcs tea, Zöldfűszeres szendvicskrém, Gluténmentes kenyér, Zöldség energia: 143kcal, zsír: 5,2g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,8g, szénhidrát: 23,7g, só: 0,8g	Gyümölcs tea, Zöldfűszeres szendvicskrém, Gluténmentes kenyér, Zöldség energia: 143kcal, zsír: 5,2g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,8g, szénhidrát: 23,7g, só: 0,8g	Gyümölcs tea, Zöldfűszeres szendvicskrém, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Zöldség energia: 210kcal, zsír: 3,9g, tel.zsír: 0,1g, fehérje: 6,1g, szénhidrát: 37,4g, só: 0,6g	Gyümölcs tea, Zöldfűszeres szendvicskrém, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Zöldség energia: 210kcal, zsír: 3,9g, tel.zsír: 0,1g, fehérje: 6,1g, szénhidrát: 37,4g, só: 0,6g	Gyümölcs tea, Zöldfűszeres szendvicskrém, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Zöldség energia: 210kcal, zsír: 3,9g, tel.zsír: 0,1g, fehérje: 6,1g, szénhidrát: 37,4g, só: 0,6g
	Tárkonyos zöldségleves Spenótos csirkeragu Tészta köret ⁽¹⁾ Gyümölcs energia: 647kcal, zsír: 22,5g, tel.zsír: 1,9g, fehérje: 28,3g, szénhidrát: 80,7g, só: 1g	Tárkonyos zöldségleves Spenótos csirkeragu Tészta köret ⁽¹⁾ Gyümölcs energia: 647kcal, zsír: 22,5g, tel.zsír: 1,9g, fehérje: 28,3g, szénhidrát: 80,7g, só: 1g	Tárkonyos zöldségleves Spenótos csirkeragu ⁽⁷⁾ Tészta köret GM Gyümölcs energia: 691kcal, zsír: 26,1g, tel.zsír: 2,2g, fehérje: 23,5g, szénhidrát: 82,9g, só: 1,5g	Tárkonyos zöldségleves Spenótos csirkeragu Tészta köret GM Gyümölcs energia: 665kcal, zsír: 22,9g, tel.zsír: 2,2g, fehérje: 23,1g, szénhidrát: 83,9g, só: 1,5g	Tárkonyos zöldségleves Piskóta kocka ^(1,3) Vanília öntet ^(1,7) Gyümölcs energia: 644kcal, zsír: 22,8g, tel.zsír: 2,9g, fehérje: 15,4g, szénhidrát: 85,1g, só: 1g	Tárkonyos zöldségleves Spenótos csirkeragu ⁽⁷⁾ Tészta köret ⁽¹⁾ Gyümölcs energia: 673kcal, zsír: 25,7g, tel.zsír: 1,9g, fehérje: 28,7g, szénhidrát: 79,7g, só: 1g	Tárkonyos zöldségleves Spenótos csirkeragu Tészta köret ⁽¹⁾ Gyümölcs energia: 647kcal, zsír: 22,5g, tel.zsír: 1,9g, fehérje: 28,3g, szénhidrát: 80,7g, só: 1g
	Zsemle ⁽¹⁾ , Minimargarin, Csemege szalámi energia: 290kcal, zsír: 15,1g, tel.zsír: 5g, fehérje: 9,7g, szénhidrát: 28,6g, só: 1,5g	Zsemle ⁽¹⁾ , Minimargarin, Csemege szalámi energia: 290kcal, zsír: 15,1g, tel.zsír: 5g, fehérje: 9,7g, szénhidrát: 28,6g, só: 1,5g	Minimargarin, Csemege szalámi, Gluténmentes kenyér energia: 228kcal, zsír: 16,7g, tel.zsír: 5,1g, fehérje: 5,3g, szénhidrát: 14,6g, só: 1g	Minimargarin, Csemege szalámi, Gluténmentes kenyér energia: 228kcal, zsír: 16,7g, tel.zsír: 5,1g, fehérje: 5,3g, szénhidrát: 14,6g, só: 1g	Zsemle ⁽¹⁾ , Kocka sajt ⁽⁷⁾ , Minimargarin energia: 223kcal, zsír: 8,6g, tel.zsír: 2,5g, fehérje: 6,7g, szénhidrát: 29,4g, só: 1g	Zsemle ⁽¹⁾ , Minimargarin, Kocka sajt ⁽⁷⁾ energia: 223kcal, zsír: 8,6g, tel.zsír: 2,5g, fehérje: 6,7g, szénhidrát: 29,4g, só: 1g	Zsemle ⁽¹⁾ , Minimargarin, Csemege szalámi energia: 290kcal, zsír: 15,1g, tel.zsír: 5g, fehérje: 9,7g, szénhidrát: 28,6g, só: 1,5g
2023.03.21 Kedd	Gyümölcs tea, Minimargarin, Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Soproni felvágott energia: 234kcal, zsír: 6,1g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 5,9g, szénhidrát: 38,6g, só: 0,1g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Soproni felvágott energia: 234kcal, zsír: 6,1g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 5,9g, szénhidrát: 38,6g, só: 0,1g	Tej ⁽⁷⁾ , Sajt szelet ⁽⁷⁾ , Minimargarin, Gluténmentes kenyér energia: 394kcal, zsír: 24,4g, tel.zsír: 11,7g, fehérje: 18,2g, szénhidrát: 25,7g, só: 1,6g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Soproni felvágott, Gluténmentes kenyér energia: 153kcal, zsír: 7,5g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 0,3g, szénhidrát: 21,7g, só: 0,4g	Tej ⁽⁷⁾ , Sajt szelet ⁽⁷⁾ , Minimargarin, Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Zöldség energia: 484kcal, zsír: 23g, tel.zsír: 11,7g, fehérje: 24,2g, szénhidrát: 44,3g, só: 1,3g	Tej ⁽⁷⁾ , Minimargarin, Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Baromfi párizsi energia: 410kcal, zsír: 17,9g, tel.zsír: 6,2g, fehérje: 18,6g, szénhidrát: 43,1g, só: 1,1g	Tej LM, Minimargarin, Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Soproni felvágott energia: 283kcal, zsír: 9,1g, tel.zsír: 3,5g, fehérje: 12,5g, szénhidrát: 37g, só: 0,7g

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. Csillagfürt

Ételallergiás ebéd

2023. március 20. - 2023. március 26.

Minden felvágott: glutén-, tej- és szójamentes. A kenyerek, péksütemények tejmentesek. Margarin: Liga margarin.

	<p style="text-align: center;">Magyaros burgonyaleves⁽⁹⁾ Csirkepörkölt Zöldbabfőzelék Gyümölcs</p> <p>energia: 614kcal, zsír: 26,6g, tel.zsír-sav: 3,5g, fehérje: 27g, szénhidrát: 65,2g, só: 1,9g</p>	<p style="text-align: center;">Magyaros burgonyaleves⁽⁹⁾ Csirkepörkölt Zöldbabfőzelék⁽¹⁾ Gyümölcs</p> <p>energia: 633kcal, zsír: 26,7g, tel.zsír-sav: 3,5g, fehérje: 27,7g, szénhidrát: 68,3g, só: 1,5g</p>	<p style="text-align: center;">Magyaros burgonyaleves⁽⁹⁾ Csirkepörkölt Zöldbabfőzelék⁽⁷⁾ Gyümölcs</p> <p>energia: 633kcal, zsír: 27,1g, tel.zsír-sav: 3,8g, fehérje: 28,1g, szénhidrát: 67,5g, só: 1,5g</p>	<p style="text-align: center;">Magyaros burgonyaleves⁽⁹⁾ Csirkepörkölt Zöldbabfőzelék Gyümölcs</p> <p>energia: 614kcal, zsír: 26,6g, tel.zsír-sav: 3,5g, fehérje: 27g, szénhidrát: 65,2g, só: 1,9g</p>	<p style="text-align: center;">Magyaros burgonyaleves⁽⁹⁾ Zöldbabfőzelék^(1,7) Müzli szelet^(1,5) Sült tofu⁽⁶⁾</p> <p>energia: 652kcal, zsír: 26,6g, tel.zsír-sav: 2,8g, fehérje: 24,2g, szénhidrát: 77,3g, só: 1,6g</p>	<p style="text-align: center;">Magyaros burgonyaleves⁽⁹⁾ Csirkepörkölt Zöldbabfőzelék^(1,7) Müzli szelet^(1,5)</p> <p>energia: 743kcal, zsír: 29,8g, tel.zsír-sav: 4g, fehérje: 36,4g, szénhidrát: 80,6g, só: 1,8g</p>	<p style="text-align: center;">Magyaros burgonyaleves⁽⁹⁾ Csirkepörkölt Zöldbabfőzelék⁽¹⁾ Gyümölcs</p> <p>energia: 633kcal, zsír: 26,7g, tel.zsír-sav: 3,5g, fehérje: 27,7g, szénhidrát: 68,3g, só: 1,5g</p>
	<p style="text-align: center;">Házi csirkemáj pástétom, Telj.kiőrlésű zsemle⁽¹⁾, Zöldség</p> <p>energia: 239kcal, zsír: 2,9g, tel.zsír-sav: 0,9g, fehérje: 15,6g, szénhidrát: 37,1g, só: 0,7g</p>	<p style="text-align: center;">Házi csirkemáj pástétom, Telj.kiőrlésű zsemle⁽¹⁾, Zöldség</p> <p>energia: 239kcal, zsír: 2,9g, tel.zsír-sav: 0,9g, fehérje: 15,6g, szénhidrát: 37,1g, só: 0,7g</p>	<p style="text-align: center;">Házi csirkemáj pástétom, Gluténmentes kenyér, Zöldség</p> <p>energia: 154kcal, zsír: 4g, tel.zsír-sav: 0,7g, fehérje: 10,6g, szénhidrát: 19,3g, só: 1g</p>	<p style="text-align: center;">Házi csirkemáj pástétom, Gluténmentes kenyér, Zöldség</p> <p>energia: 154kcal, zsír: 4g, tel.zsír-sav: 0,7g, fehérje: 10,6g, szénhidrát: 19,3g, só: 1g</p>	<p style="text-align: center;">Sajtos pogácsa^(1,3,7)</p> <p>energia: 230kcal, zsír: 11g, tel.zsír-sav: 0g, fehérje: 11g, szénhidrát: 20g, só: 1g</p>	<p style="text-align: center;">Házi csirkemáj pástétom, Telj.kiőrlésű zsemle⁽¹⁾, Zöldség</p> <p>energia: 239kcal, zsír: 2,9g, tel.zsír-sav: 0,9g, fehérje: 15,6g, szénhidrát: 37,1g, só: 0,7g</p>	<p style="text-align: center;">Házi csirkemáj pástétom, Telj.kiőrlésű zsemle⁽¹⁾, Zöldség</p> <p>energia: 239kcal, zsír: 2,9g, tel.zsír-sav: 0,9g, fehérje: 15,6g, szénhidrát: 37,1g, só: 0,7g</p>
2023.03.22 Szerda	<p style="text-align: center;">Gyümölcs tea, Telj.kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Minimargarin, Gépsonka</p> <p>energia: 284kcal, zsír: 9,1g, tel.zsír-sav: 2,5g, fehérje: 14,6g, szénhidrát: 35,5g, só: 0,6g</p>	<p style="text-align: center;">Gyümölcs tea, Telj.kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Minimargarin, Gépsonka</p> <p>energia: 284kcal, zsír: 9,1g, tel.zsír-sav: 2,5g, fehérje: 14,6g, szénhidrát: 35,5g, só: 0,6g</p>	<p style="text-align: center;">Gyümölcs tea, Minimargarin, Gépsonka, Gluténmentes kenyér</p> <p>energia: 216kcal, zsír: 10,4g, tel.zsír-sav: 2,5g, fehérje: 9,3g, szénhidrát: 21,9g, só: 0,8g</p>	<p style="text-align: center;">Gyümölcs tea, Minimargarin, Gépsonka, Gluténmentes kenyér</p> <p>energia: 216kcal, zsír: 10,4g, tel.zsír-sav: 2,5g, fehérje: 9,3g, szénhidrát: 21,9g, só: 0,8g</p>	<p style="text-align: center;">Gyümölcs tea, Telj.kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Snidlinges túrókrém⁽⁷⁾</p> <p>energia: 248kcal, zsír: 4,2g, tel.zsír-sav: 1,9g, fehérje: 12,7g, szénhidrát: 39,5g, só: 0,6g</p>	<p style="text-align: center;">Gyümölcs tea, Telj.kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Snidlinges túrókrém⁽⁷⁾</p> <p>energia: 248kcal, zsír: 4,2g, tel.zsír-sav: 1,9g, fehérje: 12,7g, szénhidrát: 39,5g, só: 0,6g</p>	<p style="text-align: center;">Gyümölcs tea, Telj.kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Minimargarin, Gépsonka</p> <p>energia: 284kcal, zsír: 9,1g, tel.zsír-sav: 2,5g, fehérje: 14,6g, szénhidrát: 35,5g, só: 0,6g</p>
	<p style="text-align: center;">Brokkoli leves Levesbetét⁽¹⁾ Rizottó</p> <p>energia: 645kcal, zsír: 24g, tel.zsír-sav: 2,4g, fehérje: 26,1g, szénhidrát: 78,3g, só: 1,1g</p>	<p style="text-align: center;">Brokkoli leves Levesbetét⁽¹⁾ Rizottó</p> <p>energia: 645kcal, zsír: 24g, tel.zsír-sav: 2,4g, fehérje: 26,1g, szénhidrát: 78,3g, só: 1,1g</p>	<p style="text-align: center;">Brokkoli leves Levesbetét GM Rizottó Reszelt sajt⁽⁷⁾</p> <p>energia: 785kcal, zsír: 35,3g, tel.zsír-sav: 9,6g, fehérje: 36,2g, szénhidrát: 77,7g, só: 2,1g</p>	<p style="text-align: center;">Brokkoli leves Levesbetét GM Rizottó</p> <p>energia: 636kcal, zsír: 24g, tel.zsír-sav: 2,4g, fehérje: 25,1g, szénhidrát: 77g, só: 1,1g</p>	<p style="text-align: center;">Brokkoli leves Levesbetét⁽¹⁾ Gombás-zöldséges rizottó Reszelt sajt⁽⁷⁾</p> <p>energia: 702kcal, zsír: 29,7g, tel.zsír-sav: 9,6g, fehérje: 25g, szénhidrát: 81,4g, só: 2g</p>	<p style="text-align: center;">Brokkoli leves Levesbetét⁽¹⁾ Gombás-zöldséges rizottó Reszelt sajt⁽⁷⁾</p> <p>energia: 702kcal, zsír: 29,7g, tel.zsír-sav: 9,6g, fehérje: 25g, szénhidrát: 81,4g, só: 2g</p>	<p style="text-align: center;">Brokkoli leves Levesbetét⁽¹⁾ Rizottó</p> <p>energia: 645kcal, zsír: 24g, tel.zsír-sav: 2,4g, fehérje: 26,1g, szénhidrát: 78,3g, só: 1,1g</p>

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

Ételallergiás ebéd

2023. március 20. - 2023. március 26.

Minden felvágott: glutén-, tej- és szójamentes. A kenyerek, péksütemények tejmentesek. Margarin: Liga margarin.

	<p>Minimargarin, Kifli⁽¹⁾, Gyümölcs energia: 230kcal, zsír: 6,4g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 4,4g, szénhidrát: 33,3g, só: 0,7g</p>	<p>Minimargarin, Kifli⁽¹⁾, Gyümölcs energia: 230kcal, zsír: 6,4g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 4,4g, szénhidrát: 33,3g, só: 0,7g</p>	<p>Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Gyümölcs energia: 177kcal, zsír: 8,1g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 0,9g, szénhidrát: 25g, só: 0,4g</p>	<p>Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Gyümölcs energia: 177kcal, zsír: 8,1g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 0,9g, szénhidrát: 25g, só: 0,4g</p>	<p>Minimargarin, Kifli⁽¹⁾, Gyümölcs energia: 230kcal, zsír: 6,4g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 4,4g, szénhidrát: 33,3g, só: 0,7g</p>	<p>Minimargarin, Kifli⁽¹⁾, Gyümölcs energia: 230kcal, zsír: 6,4g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 4,4g, szénhidrát: 33,3g, só: 0,7g</p>	<p>Minimargarin, Kifli⁽¹⁾, Gyümölcs energia: 230kcal, zsír: 6,4g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 4,4g, szénhidrát: 33,3g, só: 0,7g</p>
2023.03.23 Csütörtök	<p>Gyümölcs tea, Minimargarin, Miniméz, Zsemle⁽¹⁾ energia: 276kcal, zsír: 5,9g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 4,8g, szénhidrát: 52,2g, só: 0,9g</p>	<p>Gyümölcs tea, Minimargarin, Miniméz, Zsemle⁽¹⁾ energia: 276kcal, zsír: 5,9g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 4,8g, szénhidrát: 52,2g, só: 0,9g</p>	<p>Tej⁽⁷⁾, Minimargarin, Miniméz, Gluténmentes kenyér energia: 306kcal, zsír: 13,1g, tel.zsír: 4,6g, fehérje: 7,2g, szénhidrát: 41,6g, só: 0,6g</p>	<p>Gyümölcs tea, Minimargarin, Miniméz, Gluténmentes kenyér energia: 214kcal, zsír: 7,5g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 0,4g, szénhidrát: 38,2g, só: 0,4g</p>	<p>Tej⁽⁷⁾, Minimargarin, Miniméz, Zsemle⁽¹⁾ energia: 368kcal, zsír: 11,5g, tel.zsír: 4,5g, fehérje: 11,6g, szénhidrát: 55,6g, só: 1,1g</p>	<p>Tej⁽⁷⁾, Minimargarin, Miniméz, Zsemle⁽¹⁾ energia: 368kcal, zsír: 11,5g, tel.zsír: 4,5g, fehérje: 11,6g, szénhidrát: 55,6g, só: 1,1g</p>	<p>Tej LM, Minimargarin, Miniméz, Zsemle⁽¹⁾ energia: 325kcal, zsír: 8,9g, tel.zsír: 3,5g, fehérje: 11,4g, szénhidrát: 50,6g, só: 1,4g</p>
	<p>Fahéjas szilva krémleves Zöldfűszeres csirkemell Burgonyapüré energia: 494kcal, zsír: 9,4g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 25,6g, szénhidrát: 75,5g, só: 1,4g</p>	<p>Fahéjas szilva krémleves Zöldfűszeres csirkemell Burgonyapüré energia: 494kcal, zsír: 9,4g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 25,6g, szénhidrát: 75,5g, só: 1,4g</p>	<p>Fahéjas szilva krémleves⁽⁷⁾ Zöldfűszeres csirkemell Burgonyapüré⁽⁷⁾ energia: 633kcal, zsír: 14,5g, tel.zsír: 4,2g, fehérje: 34,9g, szénhidrát: 88,8g, só: 1,8g</p>	<p>Fahéjas szilva krémleves Zöldfűszeres csirkemell Burgonyapüré energia: 494kcal, zsír: 9,4g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 25,6g, szénhidrát: 75,5g, só: 1,4g</p>	<p>Fahéjas szilva krémleves⁽⁷⁾ Rántott karfiol^(1,3,7) Burgonyapüré⁽⁷⁾ energia: 619kcal, zsír: 18,4g, tel.zsír: 4,5g, fehérje: 18,3g, szénhidrát: 93,3g, só: 1,3g</p>	<p>Fahéjas szilva krémleves⁽⁷⁾ Zöldfűszeres csirkemell Burgonyapüré⁽⁷⁾ energia: 633kcal, zsír: 14,5g, tel.zsír: 4,2g, fehérje: 34,9g, szénhidrát: 88,8g, só: 1,8g</p>	<p>Fahéjas szilva krémleves Zöldfűszeres csirkemell Burgonyapüré energia: 494kcal, zsír: 9,4g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 25,6g, szénhidrát: 75,5g, só: 1,4g</p>
	<p>Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Minimargarin, Főtt tojás kísétkelés⁽³⁾, Zöldség energia: 250kcal, zsír: 9,9g, tel.zsír: 2,5g, fehérje: 10g, szénhidrát: 30g, só: 0,3g</p>	<p>Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Minimargarin, Csirkesonka, Zöldség energia: 253kcal, zsír: 6,9g, tel.zsír: 1,8g, fehérje: 14,9g, szénhidrát: 32,6g, só: 1,1g</p>	<p>Minimargarin, Főtt tojás kísétkelés⁽³⁾, Gluténmentes kenyér, Zöldség energia: 183kcal, zsír: 11,2g, tel.zsír: 2,5g, fehérje: 4,7g, szénhidrát: 16,3g, só: 0,5g</p>	<p>Minimargarin, Főtt tojás kísétkelés⁽³⁾, Gluténmentes kenyér, Zöldség energia: 183kcal, zsír: 11,2g, tel.zsír: 2,5g, fehérje: 4,7g, szénhidrát: 16,3g, só: 0,5g</p>	<p>Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Minimargarin, Főtt tojás kísétkelés⁽³⁾, Zöldség energia: 250kcal, zsír: 9,9g, tel.zsír: 2,5g, fehérje: 10g, szénhidrát: 30g, só: 0,3g</p>	<p>Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Minimargarin, Főtt tojás kísétkelés⁽³⁾, Zöldség energia: 250kcal, zsír: 9,9g, tel.zsír: 2,5g, fehérje: 10g, szénhidrát: 30g, só: 0,3g</p>	<p>Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Minimargarin, Főtt tojás kísétkelés⁽³⁾, Zöldség energia: 250kcal, zsír: 9,9g, tel.zsír: 2,5g, fehérje: 10g, szénhidrát: 30g, só: 0,3g</p>
2023.03.24 Péntek	<p>Gyümölcs tea, Telj.kiőrlésű zsemle⁽¹⁾,</p>	<p>Gyümölcs tea, Telj.kiőrlésű zsemle⁽¹⁾,</p>	<p>Gyümölcs tea, Tonhalkrém⁽⁴⁾, Gluténmentes kenyér, Zöldség</p>	<p>Gyümölcs tea, Tonhalkrém⁽⁴⁾, Gluténmentes kenyér, Zöldség</p>	<p>Gyümölcs tea, Telj.kiőrlésű zsemle⁽¹⁾,</p>	<p>Gyümölcs tea, Telj.kiőrlésű zsemle⁽¹⁾, Tonhalkrém⁽⁴⁾, Zöldség</p>	<p>Gyümölcs tea, Telj.kiőrlésű zsemle⁽¹⁾,</p>

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

Ételallergiás ebéd

2023. március 20. - 2023. március 26.

Minden felvágott: glutén-, tej- és szójamentes. A kenyerek, péksütemények tejmentesek. Margarin: Liga margarin.

	<p>Tonhalkrém⁽⁴⁾, Zöldség energia: 313kcal, zsír: 12g, tel.zsír: 2,2g, fehérje: 9,7g, szénhidrát: 41,1g, só: 0,5g</p>	<p>Tonhalkrém⁽⁴⁾, Zöldség energia: 313kcal, zsír: 12g, tel.zsír: 2,2g, fehérje: 9,7g, szénhidrát: 41,1g, só: 0,5g</p>	<p>energia: 228kcal, zsír: 13,1g, tel.zsír: 2,1g, fehérje: 4,7g, szénhidrát: 23,4g, só: 0,8g</p>	<p>energia: 228kcal, zsír: 13,1g, tel.zsír: 2,1g, fehérje: 4,7g, szénhidrát: 23,4g, só: 0,8g</p>	<p>Minimargarin, Sajt szelet⁽⁷⁾, Zöldség energia: 396kcal, zsír: 17,7g, tel.zsír: 8,8g, fehérje: 16,8g, szénhidrát: 41,7g, só: 1,1g</p>	<p>energia: 313kcal, zsír: 12g, tel.zsír: 2,2g, fehérje: 9,7g, szénhidrát: 41,1g, só: 0,5g</p>	<p>Tonhalkrém⁽⁴⁾, Zöldség energia: 313kcal, zsír: 12g, tel.zsír: 2,2g, fehérje: 9,7g, szénhidrát: 41,1g, só: 0,5g</p>
	<p>Zöldborsóleves Levesbetét⁽¹⁾ Kelkáposztafőzelék Főtt bécsi virsli energia: 617kcal, zsír: 30,2g, tel.zsír: 7,7g, fehérje: 25g, szénhidrát: 60,4g, só: 2,3g</p>	<p>Zöldborsóleves Levesbetét⁽¹⁾ Kelkáposztafőzelék Főtt bécsi virsli energia: 617kcal, zsír: 30,2g, tel.zsír: 7,7g, fehérje: 25g, szénhidrát: 60,4g, só: 2,3g</p>	<p>Zöldborsóleves Levesbetét GM Kelkáposztafőzelék Főtt bécsi virsli energia: 608kcal, zsír: 30,2g, tel.zsír: 7,7g, fehérje: 24g, szénhidrát: 59,1g, só: 2,3g</p>	<p>Zöldborsóleves Levesbetét GM Kelkáposztafőzelék Főtt bécsi virsli energia: 608kcal, zsír: 30,2g, tel.zsír: 7,7g, fehérje: 24g, szénhidrát: 59,1g, só: 2,3g</p>	<p>Zöldborsóleves Levesbetét⁽¹⁾ Kelkáposztafőzelék Főtt tojás⁽³⁾ energia: 530kcal, zsír: 21,4g, tel.zsír: 3,4g, fehérje: 23,1g, szénhidrát: 60,6g, só: 1,5g</p>	<p>Zöldborsóleves⁽¹⁾ Levesbetét⁽¹⁾ Kelkáposztafőzelék Főtt tojás⁽³⁾ energia: 554kcal, zsír: 21,5g, tel.zsír: 3,4g, fehérje: 23,6g, szénhidrát: 65,4g, só: 1,5g</p>	<p>Zöldborsóleves⁽¹⁾ Levesbetét⁽¹⁾ Kelkáposztafőzelék Főtt bécsi virsli energia: 641kcal, zsír: 30,3g, tel.zsír: 7,7g, fehérje: 25,5g, szénhidrát: 65,2g, só: 2,3g</p>
	<p>Kifli⁽¹⁾, Tavaszi baromfi felvágott, Minimargarin energia: 251kcal, zsír: 11,6g, tel.zsír: 3,7g, fehérje: 7,9g, szénhidrát: 23,8g, só: 1,5g</p>	<p>Kifli⁽¹⁾, Tavaszi baromfi felvágott, Minimargarin energia: 251kcal, zsír: 11,6g, tel.zsír: 3,7g, fehérje: 7,9g, szénhidrát: 23,8g, só: 1,5g</p>	<p>Tavaszi baromfi felvágott, Minimargarin, Gluténmentes kenyér energia: 198kcal, zsír: 13,4g, tel.zsír: 3,7g, fehérje: 4,4g, szénhidrát: 15,4g, só: 1,1g</p>	<p>Tavaszi baromfi felvágott, Minimargarin, Gluténmentes kenyér energia: 198kcal, zsír: 13,4g, tel.zsír: 3,7g, fehérje: 4,4g, szénhidrát: 15,4g, só: 1,1g</p>	<p>Kifli⁽¹⁾, Gyümölcsjoghurt⁽⁷⁾ energia: 219kcal, zsír: 2,8g, tel.zsír: 1,1g, fehérje: 8,1g, szénhidrát: 35,4g, só: 0,8g</p>	<p>Kifli⁽¹⁾, Gyümölcsjoghurt⁽⁷⁾ energia: 219kcal, zsír: 2,8g, tel.zsír: 1,1g, fehérje: 8,1g, szénhidrát: 35,4g, só: 0,8g</p>	<p>Kifli⁽¹⁾, Tavaszi baromfi felvágott, Minimargarin energia: 251kcal, zsír: 11,6g, tel.zsír: 3,7g, fehérje: 7,9g, szénhidrát: 23,8g, só: 1,5g</p>
2023.03.25 Szombat							
2023.03.26 Vasárnap							

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. Csillagfürt

Ételallergiás ebéd

2023. március 6. - 2023. március 12.

Minden felvágott: glutén-, tej- és szójamentes. A kenyerek, péksütemények tejmentesek. Margarin: Liga margarin.

10. hét	Tejfehérje mentes	Tejfehérje, tojás mentes	GLUTÉNMENTES	Glutén, tejfehérje mentes	Vegetariánus	Sertéshúsmentes	Laktózmentes
2023.03.06 Hétfő	Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Minimargarin, Mini lekvár energia: 293kcal, zsír: 6,2g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 5,7g, szénhidrát: 53,2g, só: 0,2g	Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Minimargarin, Mini lekvár energia: 293kcal, zsír: 6,2g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 5,7g, szénhidrát: 53,2g, só: 0,2g	Tej ⁽⁷⁾ , Minimargarin, Mini lekvár, Gluténmentes kenyér energia: 317kcal, zsír: 13,1g, tel.zsír: 4,6g, fehérje: 7,2g, szénhidrát: 42,9g, só: 0,6g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Mini lekvár, Gluténmentes kenyér energia: 226kcal, zsír: 7,5g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 0,4g, szénhidrát: 39,5g, só: 0,4g	Tej ⁽⁷⁾ , Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Minimargarin, Mini lekvár energia: 385kcal, zsír: 11,8g, tel.zsír: 4,6g, fehérje: 12,5g, szénhidrát: 56,6g, só: 0,4g	Tej ⁽⁷⁾ , Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Minimargarin, Mini lekvár energia: 385kcal, zsír: 11,8g, tel.zsír: 4,6g, fehérje: 12,5g, szénhidrát: 56,6g, só: 0,4g	Tej LM, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Minimargarin, Mini lekvár energia: 342kcal, zsír: 9,2g, tel.zsír: 3,5g, fehérje: 12,3g, szénhidrát: 51,6g, só: 0,7g
	Olasz zöldségleves ^(1,9) Parajmártás Főtt burgonya 1/2 Főtt tojás ⁽³⁾ energia: 441kcal, zsír: 17,7g, tel.zsír: 3g, fehérje: 17,4g, szénhidrát: 52,5g, só: 1,4g	Olasz zöldségleves ^(1,9) Parajmártás Natúr csirke mellfilé Főtt burgonya 1/2 Főtt tojás ⁽³⁾ energia: 468kcal, zsír: 15,3g, tel.zsír: 1,8g, fehérje: 29,1g, szénhidrát: 52,9g, só: 1,8g	Olasz zöldségleves ⁽⁹⁾ Parajmártás ⁽⁷⁾ Főtt burgonya 1/2 Főtt tojás ⁽³⁾ energia: 517kcal, zsír: 19,9g, tel.zsír: 3,8g, fehérje: 23,4g, szénhidrát: 59,9g, só: 1,6g	Olasz zöldségleves ⁽⁹⁾ Parajmártás Főtt burgonya 1/2 Főtt tojás ⁽³⁾ energia: 443kcal, zsír: 17,7g, tel.zsír: 3g, fehérje: 16,9g, szénhidrát: 52,9g, só: 1,4g	Olasz zöldségleves ^(1,9) Parajmártás ⁽⁷⁾ Főtt burgonya 1/2 Főtt tojás ⁽³⁾ energia: 515kcal, zsír: 19,8g, tel.zsír: 3,8g, fehérje: 23,9g, szénhidrát: 59,6g, só: 1,6g	Olasz zöldségleves ^(1,9) Parajmártás ⁽⁷⁾ Főtt burgonya 1/2 Főtt tojás ⁽³⁾ energia: 515kcal, zsír: 19,8g, tel.zsír: 3,8g, fehérje: 23,9g, szénhidrát: 59,6g, só: 1,6g	Olasz zöldségleves ^(1,9) Parajmártás Főtt burgonya 1/2 Főtt tojás ⁽³⁾ energia: 441kcal, zsír: 17,7g, tel.zsír: 3g, fehérje: 17,4g, szénhidrát: 52,5g, só: 1,4g
	Minimargarin, Kifli ⁽¹⁾ , Gyümölcs energia: 230kcal, zsír: 6,4g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 4,4g, szénhidrát: 33,3g, só: 0,7g	Minimargarin, Kifli ⁽¹⁾ , Gyümölcs energia: 230kcal, zsír: 6,4g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 4,4g, szénhidrát: 33,3g, só: 0,7g	Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Gyümölcs energia: 177kcal, zsír: 8,1g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 0,9g, szénhidrát: 25g, só: 0,4g	Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Gyümölcs energia: 177kcal, zsír: 8,1g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 0,9g, szénhidrát: 25g, só: 0,4g	Minimargarin, Kifli ⁽¹⁾ , Gyümölcs energia: 230kcal, zsír: 6,4g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 4,4g, szénhidrát: 33,3g, só: 0,7g	Minimargarin, Kifli ⁽¹⁾ , Gyümölcs energia: 230kcal, zsír: 6,4g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 4,4g, szénhidrát: 33,3g, só: 0,7g	Minimargarin, Kifli ⁽¹⁾ , Gyümölcs energia: 230kcal, zsír: 6,4g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 4,4g, szénhidrát: 33,3g, só: 0,7g
2023.03.07 Kedd	Gyümölcs tea, Kenőmájas, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ energia: 315kcal, zsír: 12g, tel.zsír: 5,2g, fehérje: 11,6g, szénhidrát: 39,6g, só: 1,1g	Gyümölcs tea, Kenőmájas, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ energia: 315kcal, zsír: 12g, tel.zsír: 5,2g, fehérje: 11,6g, szénhidrát: 39,6g, só: 1,1g	Gyümölcs tea, Kenőmájas, Gluténmentes kenyér energia: 230kcal, zsír: 13,1g, tel.zsír: 5,1g, fehérje: 6,6g, szénhidrát: 21,8g, só: 1,4g	Gyümölcs tea, Kenőmájas, Gluténmentes kenyér energia: 230kcal, zsír: 13,1g, tel.zsír: 5,1g, fehérje: 6,6g, szénhidrát: 21,8g, só: 1,4g	Gyümölcs tea, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Sajtkrém ⁽⁷⁾ energia: 340kcal, zsír: 16,3g, tel.zsír: 9,3g, fehérje: 7,5g, szénhidrát: 40,3g, só: 0,5g	Gyümölcs tea, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Sajtkrém ⁽⁷⁾ energia: 340kcal, zsír: 16,3g, tel.zsír: 9,3g, fehérje: 7,5g, szénhidrát: 40,3g, só: 0,5g	Gyümölcs tea, Kenőmájas, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ energia: 315kcal, zsír: 12g, tel.zsír: 5,2g, fehérje: 11,6g, szénhidrát: 39,6g, só: 1,1g
	Sertés raguleves Levesbetét ⁽¹⁾	Sertés raguleves Levesbetét ⁽¹⁾	Sertés raguleves Levesbetét GM	Sertés raguleves Levesbetét GM	Zöldségragu leves ^(7,9) Levesbetét ⁽¹⁾	Zöldségragu leves ^(7,9) Levesbetét ⁽¹⁾	Sertés raguleves Levesbetét ⁽¹⁾

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

Ételallergiás ebéd

2023. március 6. - 2023. március 12.

Minden felvágott: glutén-, tej- és szójamentes. A kenyerek, péksütemények tejmentesek. Margarin: Liga margarin.

	<p>Tejbenrizs, rizstejes Kakaó szórat Gyümölcs energia: 678kcal, zsír: 12,4g, tel.zsírsvav: 0,8g, fehérje: 19g, szénhidrát: 119,9g, só: 0,9g</p>	<p>Tejbenrizs, rizstejes Kakaó szórat Gyümölcs energia: 678kcal, zsír: 12,4g, tel.zsírsvav: 0,8g, fehérje: 19g, szénhidrát: 119,9g, só: 0,9g</p>	<p>Tejbenrizs⁽⁷⁾ Kakaó szórat Gyümölcs energia: 686kcal, zsír: 13,7g, tel.zsírsvav: 2,5g, fehérje: 25,4g, szénhidrát: 112,4g, só: 1,2g</p>	<p>Tejbenrizs, rizstejes Kakaó szórat Gyümölcs energia: 670kcal, zsír: 12,4g, tel.zsírsvav: 0,9g, fehérje: 18,1g, szénhidrát: 118,6g, só: 0,9g</p>	<p>Tejbenrizs⁽⁷⁾ Kakaó szórat Gyümölcs energia: 662kcal, zsír: 11,1g, tel.zsírsvav: 2,7g, fehérje: 20,1g, szénhidrát: 118,2g, só: 3,1g</p>	<p>Tejbenrizs⁽⁷⁾ Kakaó szórat Gyümölcs energia: 662kcal, zsír: 11,1g, tel.zsírsvav: 2,7g, fehérje: 20,1g, szénhidrát: 118,2g, só: 3,1g</p>	<p>Tejbenrizs, rizstejes Kakaó szórat Gyümölcs energia: 678kcal, zsír: 12,4g, tel.zsírsvav: 0,8g, fehérje: 19g, szénhidrát: 119,9g, só: 0,9g</p>
	<p>Félbarna kenyér⁽¹⁾, Karfiolkrém energia: 194kcal, zsír: 1,9g, tel.zsírsvav: 0,3g, fehérje: 8g, szénhidrát: 35,9g, só: 0,5g</p>	<p>Félbarna kenyér⁽¹⁾, Karfiolkrém energia: 194kcal, zsír: 1,9g, tel.zsírsvav: 0,3g, fehérje: 8g, szénhidrát: 35,9g, só: 0,5g</p>	<p>Karfiolkrém, Gluténmentes kenyér energia: 113kcal, zsír: 3,3g, tel.zsírsvav: 0,3g, fehérje: 2,4g, szénhidrát: 19g, só: 0,8g</p>	<p>Karfiolkrém, Gluténmentes kenyér energia: 113kcal, zsír: 3,3g, tel.zsírsvav: 0,3g, fehérje: 2,4g, szénhidrát: 19g, só: 0,8g</p>	<p>Félbarna kenyér⁽¹⁾, Karfiolkrém energia: 194kcal, zsír: 1,9g, tel.zsírsvav: 0,3g, fehérje: 8g, szénhidrát: 35,9g, só: 0,5g</p>	<p>Félbarna kenyér⁽¹⁾, Karfiolkrém energia: 194kcal, zsír: 1,9g, tel.zsírsvav: 0,3g, fehérje: 8g, szénhidrát: 35,9g, só: 0,5g</p>	<p>Félbarna kenyér⁽¹⁾, Karfiolkrém energia: 194kcal, zsír: 1,9g, tel.zsírsvav: 0,3g, fehérje: 8g, szénhidrát: 35,9g, só: 0,5g</p>
	<p>Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Zöldfűszeres szendvicskrém energia: 202kcal, zsír: 3,9g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 5,7g, szénhidrát: 35,8g, só: 0,5g</p>	<p>Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Zöldfűszeres szendvicskrém energia: 202kcal, zsír: 3,9g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 5,7g, szénhidrát: 35,8g, só: 0,5g</p>	<p>Tej⁽⁷⁾, Gluténmentes kenyér, Zöldfűszeres vajkrém⁽⁷⁾ energia: 309kcal, zsír: 19,6g, tel.zsírsvav: 8,9g, fehérje: 7,8g, szénhidrát: 25,7g, só: 0,5g</p>	<p>Gyümölcs tea, Zöldfűszeres szendvicskrém, Gluténmentes kenyér energia: 134kcal, zsír: 5,1g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,4g, szénhidrát: 22,1g, só: 0,8g</p>	<p>Tej⁽⁷⁾, Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Zöldfűszeres vajkrém⁽⁷⁾ energia: 377kcal, zsír: 18,3g, tel.zsírsvav: 8,9g, fehérje: 13,1g, szénhidrát: 39,3g, só: 0,3g</p>	<p>Tej⁽⁷⁾, Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Zöldfűszeres vajkrém⁽⁷⁾ energia: 377kcal, zsír: 18,3g, tel.zsírsvav: 8,9g, fehérje: 13,1g, szénhidrát: 39,3g, só: 0,3g</p>	<p>Tej LM, Telj. kiőrlésű kenyér⁽¹⁾, Zöldfűszeres szendvicskrém energia: 250kcal, zsír: 6,9g, tel.zsírsvav: 2g, fehérje: 12,3g, szénhidrát: 34,2g, só: 1,1g</p>
2023.03.08 Szerda	<p>Karalábé leves Levesbetét⁽¹⁾ Eszterházy pulyka tokány Tészta köret⁽¹⁾ energia: 683kcal, zsír: 22,8g, tel.zsírsvav: 1,6g, fehérje: 31,5g, szénhidrát: 86,3g, só: 1,2g</p>	<p>Karalábé leves Levesbetét⁽¹⁾ Eszterházy pulyka tokány Tészta köret⁽¹⁾ energia: 683kcal, zsír: 22,8g, tel.zsírsvav: 1,6g, fehérje: 31,5g, szénhidrát: 86,3g, só: 1,2g</p>	<p>Karalábé leves Levesbetét GM Eszterházy pulyka tokány^(7,10) Tészta köret GM energia: 837kcal, zsír: 26,4g, tel.zsírsvav: 3,5g, fehérje: 37,2g, szénhidrát: 105g, só: 2,3g</p>	<p>Karalábé leves Levesbetét GM Eszterházy pulyka tokány Tészta köret GM energia: 693kcal, zsír: 23,2g, tel.zsírsvav: 2g, fehérje: 25,3g, szénhidrát: 88,2g, só: 1,7g</p>	<p>Karalábé leves Levesbetét⁽¹⁾ Eszterházy ragu⁽⁷⁾ Tészta köret⁽¹⁾ energia: 684kcal, zsír: 18,5g, tel.zsírsvav: 3,2g, fehérje: 26,2g, szénhidrát: 102,2g, só: 1,6g</p>	<p>Karalábé leves Levesbetét⁽¹⁾ Eszterházy pulyka tokány^(7,10) Tészta köret⁽¹⁾ energia: 827kcal, zsír: 26g, tel.zsírsvav: 3,2g, fehérje: 43,3g, szénhidrát: 103,1g, só: 1,8g</p>	<p>Karalábé leves Levesbetét⁽¹⁾ Eszterházy pulyka tokány Tészta köret⁽¹⁾ energia: 683kcal, zsír: 22,8g, tel.zsírsvav: 1,6g, fehérje: 31,5g, szénhidrát: 86,3g, só: 1,2g</p>
	<p>Minimargarin, Zsemle⁽¹⁾, Paprikás szalámi, Zöldség energia: 294kcal, zsír: 15,1g, tel.zsírsvav: 4,7g, fehérje: 9g, szénhidrát: 30,2g, só: 1,7g</p>	<p>Minimargarin, Zsemle⁽¹⁾, Paprikás szalámi, Zöldség energia: 294kcal, zsír: 15,1g, tel.zsírsvav: 4,7g, fehérje: 9g, szénhidrát: 30,2g, só: 1,7g</p>	<p>Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Paprikás szalámi, Zöldség</p>	<p>Minimargarin, Paprikás szalámi, Gluténmentes kenyér, Zöldség</p>	<p>Sajt szelet⁽⁷⁾, Minimargarin, Zsemle⁽¹⁾, Zöldség energia: 344kcal, zsír: 17,2g, tel.zsírsvav: 8,7g, fehérje: 16,2g, szénhidrát: 30,8g, só: 1,9g</p>	<p>Sajt szelet⁽⁷⁾, Minimargarin, Zsemle⁽¹⁾, Zöldség energia: 344kcal, zsír: 17,2g, tel.zsírsvav: 8,7g, fehérje: 16,2g, szénhidrát: 30,8g, só: 1,9g</p>	<p>Minimargarin, Zsemle⁽¹⁾, Paprikás szalámi, Zöldség energia: 294kcal, zsír: 15,1g, tel.zsírsvav: 4,7g, fehérje: 9g, szénhidrát: 30,2g, só: 1,7g</p>

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

Ételallergiás ebéd

2023. március 6. - 2023. március 12.

Minden felvágott: glutén-, tej- és szójamentes. A kenyerek, péksütemények tejmentesek. Margarin: Liga margarin.

			energia: 232kcal, zsír: 16,8g, tel.zsírsvav: 4,8g, fehérje: 4,6g, szénhidrát: 16,2g, só: 1,2g	energia: 232kcal, zsír: 16,8g, tel.zsírsvav: 4,8g, fehérje: 4,6g, szénhidrát: 16,2g, só: 1,2g			
2023.03.09 Csütörtök	Gyümölcs tea, Rozsos zsemle ⁽¹⁾ , Magyaros margarinkrém energia: 249kcal, zsír: 8,6g, tel.zsírsvav: 0,2g, fehérje: 5g, szénhidrát: 37,5g, só: 2,2g	Gyümölcs tea, Rozsos zsemle ⁽¹⁾ , Magyaros margarinkrém energia: 249kcal, zsír: 8,6g, tel.zsírsvav: 0,2g, fehérje: 5g, szénhidrát: 37,5g, só: 2,2g	Gyümölcs tea, Körözött ⁽⁷⁾ , Gluténmentes kenyér energia: 161kcal, zsír: 4,8g, tel.zsírsvav: 1,5g, fehérje: 6,8g, szénhidrát: 23,1g, só: 0,3g	Gyümölcs tea, Magyaros margarinkrém, Gluténmentes kenyér energia: 176kcal, zsír: 9,8g, tel.zsírsvav: 0g, fehérje: 0,4g, szénhidrát: 22,1g, só: 0,6g	Gyümölcs tea, Körözött ⁽⁷⁾ , Rozsos zsemle ⁽¹⁾ energia: 234kcal, zsír: 3,6g, tel.zsírsvav: 1,7g, fehérje: 11,4g, szénhidrát: 38,5g, só: 1,9g	Gyümölcs tea, Körözött ⁽⁷⁾ , Rozsos zsemle ⁽¹⁾ energia: 234kcal, zsír: 3,6g, tel.zsírsvav: 1,7g, fehérje: 11,4g, szénhidrát: 38,5g, só: 1,9g	Gyümölcs tea, Rozsos zsemle ⁽¹⁾ , Magyaros margarinkrém energia: 249kcal, zsír: 8,6g, tel.zsírsvav: 0,2g, fehérje: 5g, szénhidrát: 37,5g, só: 2,2g
	Csurgatott tojásleves GM ⁽³⁾ Paprikás burgonya Főtt bécsi virsli Cékla saláta energia: 620kcal, zsír: 32,6g, tel.zsírsvav: 8,2g, fehérje: 19,3g, szénhidrát: 61,4g, só: 2,7g	Rántott leves Pirított zsemlekokca ⁽¹⁾ Paprikás burgonya Főtt bécsi virsli Cékla saláta energia: 691kcal, zsír: 35,4g, tel.zsírsvav: 9,8g, fehérje: 19,1g, szénhidrát: 73g, só: 2,8g	Csurgatott tojásleves GM ⁽³⁾ Paprikás burgonya Főtt bécsi virsli Cékla saláta energia: 620kcal, zsír: 32,6g, tel.zsírsvav: 8,2g, fehérje: 19,3g, szénhidrát: 61,4g, só: 2,7g	Csurgatott tojásleves GM ⁽³⁾ Paprikás burgonya Főtt bécsi virsli Cékla saláta energia: 620kcal, zsír: 32,6g, tel.zsírsvav: 8,2g, fehérje: 19,3g, szénhidrát: 61,4g, só: 2,7g	Csurgatott tojásleves GM ⁽³⁾ Paprikás burgonya szójával ⁽⁶⁾ Cékla saláta energia: 594kcal, zsír: 17,6g, tel.zsírsvav: 2,2g, fehérje: 31,9g, szénhidrát: 76,1g, só: 1,7g	Rántott leves Pirított zsemlekokca ⁽¹⁾ Rántott csirkemell (sütőben sütve) ^(1,3,7) Petrezselymes burgonya Cékla saláta energia: 767kcal, zsír: 32,7g, tel.zsírsvav: 5,4g, fehérje: 23,1g, szénhidrát: 93,3g, só: 3,5g	Csurgatott tojásleves GM ⁽³⁾ Paprikás burgonya Főtt bécsi virsli Cékla saláta energia: 620kcal, zsír: 32,6g, tel.zsírsvav: 8,2g, fehérje: 19,3g, szénhidrát: 61,4g, só: 2,7g
	Csirkesonka, Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Minimargarin, Zöldség energia: 266kcal, zsír: 6,7g, tel.zsírsvav: 1,7g, fehérje: 15,2g, szénhidrát: 35,8g, só: 1,1g	Csirkesonka, Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Minimargarin, Zöldség energia: 266kcal, zsír: 6,7g, tel.zsírsvav: 1,7g, fehérje: 15,2g, szénhidrát: 35,8g, só: 1,1g	Csirkesonka, Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Zöldség energia: 185kcal, zsír: 8,2g, tel.zsírsvav: 1,7g, fehérje: 9,6g, szénhidrát: 18,9g, só: 1,3g	Csirkesonka, Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Zöldség energia: 185kcal, zsír: 8,2g, tel.zsírsvav: 1,7g, fehérje: 9,6g, szénhidrát: 18,9g, só: 1,3g	Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Kocka sajt ⁽⁷⁾ , Zöldség energia: 200kcal, zsír: 3,4g, tel.zsírsvav: 1,1g, fehérje: 8,3g, szénhidrát: 33,8g, só: 0,2g	Csirkesonka, Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Minimargarin, Zöldség energia: 266kcal, zsír: 6,7g, tel.zsírsvav: 1,7g, fehérje: 15,2g, szénhidrát: 35,8g, só: 1,1g	Csirkesonka, Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Minimargarin, Zöldség energia: 266kcal, zsír: 6,7g, tel.zsírsvav: 1,7g, fehérje: 15,2g, szénhidrát: 35,8g, só: 1,1g
2023.03.10 Péntek	Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Soproni felvágott, Zöldség	Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Soproni felvágott, Zöldség	Gyümölcs tea, Minimargarin, Soproni felvágott, Gluténmentes kenyér, Zöldség	Gyümölcs tea, Minimargarin, Soproni felvágott, Gluténmentes kenyér, Zöldség	Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Sajt szelet ⁽⁷⁾ , Zöldség energia: 379kcal, zsír: 17,6g, tel.zsírsvav: 8,7g, fehérje: 17,1g, szénhidrát: 37,6g, só: 1,1g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Sajt szelet ⁽⁷⁾ , Zöldség energia: 379kcal, zsír: 17,6g, tel.zsírsvav: 8,7g, fehérje: 17,1g, szénhidrát: 37,6g, só: 1,1g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Soproni felvágott, Zöldség

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. Diőfélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezámag és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfürt

Ételallergiás ebéd

2023. március 6. - 2023. március 12.

Minden felvágott: glutén-, tej- és szójamentes. A kenyerek, péksütemények tejmentesek. Margarin: Liga margarin.

	energia: 230kcal, zsír: 6,3g, tel.zsír: 1,6g, fehérje: 6g, szénhidrát: 37g, só: 0,2g	energia: 230kcal, zsír: 6,3g, tel.zsír: 1,6g, fehérje: 6g, szénhidrát: 37g, só: 0,2g	energia: 162kcal, zsír: 7,6g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 0,7g, szénhidrát: 23,3g, só: 0,4g	energia: 162kcal, zsír: 7,6g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 0,7g, szénhidrát: 23,3g, só: 0,4g	17,1g, szénhidrát: 37,6g, só: 1,1g		energia: 230kcal, zsír: 6,3g, tel.zsír: 1,6g, fehérje: 6g, szénhidrát: 37g, só: 0,2g
	Paradicsomleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Tarhonyás hús ⁽¹⁾ Csalamádé energia: 829kcal, zsír: 27,8g, tel.zsír: 1,8g, fehérje: 48,5g, szénhidrát: 93,5g, só: 2,4g	Paradicsomleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Tarhonyás hús ⁽¹⁾ Csalamádé energia: 829kcal, zsír: 27,8g, tel.zsír: 1,8g, fehérje: 48,5g, szénhidrát: 93,5g, só: 2,4g	Paradicsomleves ⁽⁹⁾ Levesbetét GM Tarhonyás hús GM Csalamádé energia: 689kcal, zsír: 20,1g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 25,3g, szénhidrát: 94,2g, só: 2,3g	Paradicsomleves ⁽⁹⁾ Levesbetét GM Tarhonyás hús GM Csalamádé energia: 689kcal, zsír: 20,1g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 25,3g, szénhidrát: 94,2g, só: 2,3g	Paradicsomleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Tojásos-lecsós tarhonya ^(1,3) Csalamádé energia: 558kcal, zsír: 13,4g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 15,1g, szénhidrát: 93,6g, só: 2,1g	Paradicsomleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Tojásos-lecsós tarhonya ^(1,3) Csalamádé energia: 558kcal, zsír: 13,4g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 15,1g, szénhidrát: 93,6g, só: 2,1g	Paradicsomleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Tarhonyás hús ⁽¹⁾ Csalamádé energia: 829kcal, zsír: 27,8g, tel.zsír: 1,8g, fehérje: 48,5g, szénhidrát: 93,5g, só: 2,4g
	Kifli ⁽¹⁾ , Minimargarin, Miniméz energia: 239kcal, zsír: 5,8g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 3,8g, szénhidrát: 39,3g, só: 0,7g	Kifli ⁽¹⁾ , Minimargarin, Miniméz energia: 239kcal, zsír: 5,8g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 3,8g, szénhidrát: 39,3g, só: 0,7g	Natúr joghurt ⁽⁷⁾ , Gluténmentes kenyér energia: 157kcal, zsír: 5g, tel.zsír: 1,3g, fehérje: 5,5g, szénhidrát: 22g, só: 0,5g	Minimargarin, Miniméz, Gluténmentes kenyér energia: 185kcal, zsír: 7,5g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 0,4g, szénhidrát: 31g, só: 0,4g	Natúr joghurt ⁽⁷⁾ , Kifli ⁽¹⁾ energia: 211kcal, zsír: 3,3g, tel.zsír: 1,3g, fehérje: 9g, szénhidrát: 30,3g, só: 0,8g	Natúr joghurt ⁽⁷⁾ , Kifli ⁽¹⁾ energia: 211kcal, zsír: 3,3g, tel.zsír: 1,3g, fehérje: 9g, szénhidrát: 30,3g, só: 0,8g	Kifli ⁽¹⁾ , Minimargarin, Miniméz energia: 239kcal, zsír: 5,8g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 3,8g, szénhidrát: 39,3g, só: 0,7g
2023.03.11 Szombat							
2023.03.12 Vasárnap							

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. Csillagfürt

Ételallergiás ebéd

2023. március 13. - 2023. március 19.

Minden felvágott: glutén-, tej- és szójamentes. A kenyerek, péksütemények tejmentesek. Margarin: Liga margarin.

11. hét	Tejfehérje mentes	Tejfehérje, tojás mentes	GLUTÉNMENTES	Glutén, tejfehérje mentes	Vegetariánus	Sertéshúsmentes	Laktózmentes
2023.03.13 Hétfő	Gyümölcs tea, Magyaros margarinkrém, Félbarna kenyér ⁽¹⁾ energia: 257kcal, zsír: 8,4g, tel.zsír: 0g, fehérje: 6g, szénhidrát: 39g, só: 0,3g	Gyümölcs tea, Magyaros margarinkrém, Félbarna kenyér ⁽¹⁾ energia: 257kcal, zsír: 8,4g, tel.zsír: 0g, fehérje: 6g, szénhidrát: 39g, só: 0,3g	Tej ⁽⁷⁾ , Magyaros margarinkrém, Gluténmentes kenyér energia: 268kcal, zsír: 15,4g, tel.zsír: 3,1g, fehérje: 7,2g, szénhidrát: 25,5g, só: 0,8g	Gyümölcs tea, Magyaros margarinkrém, Gluténmentes kenyér energia: 176kcal, zsír: 9,8g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,4g, szénhidrát: 22,1g, só: 0,6g	Tej ⁽⁷⁾ , Sajtos croissant ^(1,3,7) energia: 328kcal, zsír: 16,1g, tel.zsír: 3g, fehérje: 11,4g, szénhidrát: 34,1g, só: 1,2g	Tej ⁽⁷⁾ , Magyaros margarinkrém, Félbarna kenyér ⁽¹⁾ energia: 349kcal, zsír: 14g, tel.zsír: 3g, fehérje: 12,8g, szénhidrát: 42,4g, só: 0,6g	Tej LM, Magyaros margarinkrém, Félbarna kenyér ⁽¹⁾ energia: 306kcal, zsír: 11,4g, tel.zsír: 2g, fehérje: 12,6g, szénhidrát: 37,4g, só: 0,9g
	Orjaleves Levesbetét ⁽¹⁾ Petrezselymes pulyka apró Tört burgonya Gyümölcs energia: 639kcal, zsír: 25,5g, tel.zsír: 3,2g, fehérje: 27,2g, szénhidrát: 73,9g, só: 1,3g	Orjaleves Levesbetét ⁽¹⁾ Petrezselymes pulyka apró Tört burgonya Gyümölcs energia: 639kcal, zsír: 25,5g, tel.zsír: 3,2g, fehérje: 27,2g, szénhidrát: 73,9g, só: 1,3g	Orjaleves Levesbetét GM Petrezselymes pulyka apró Tört burgonya Gyümölcs energia: 631kcal, zsír: 25,5g, tel.zsír: 3,2g, fehérje: 26,3g, szénhidrát: 72,6g, só: 1,3g	Orjaleves Levesbetét GM Petrezselymes pulyka apró Tört burgonya Gyümölcs energia: 631kcal, zsír: 25,5g, tel.zsír: 3,2g, fehérje: 26,3g, szénhidrát: 72,6g, só: 1,3g	Zöldségleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Piskóta kocka ^(1,3) Csokoládé öntet ^(1,7) Gyümölcs energia: 687kcal, zsír: 20,4g, tel.zsír: 2,5g, fehérje: 18,9g, szénhidrát: 97,7g, só: 1,2g	Zöldségleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Petrezselymes pulyka apró Tört burgonya Gyümölcs energia: 581kcal, zsír: 21g, tel.zsír: 2,9g, fehérje: 24,7g, szénhidrát: 72g, só: 1,3g	Orjaleves Levesbetét ⁽¹⁾ Petrezselymes pulyka apró Tört burgonya Gyümölcs energia: 639kcal, zsír: 25,5g, tel.zsír: 3,2g, fehérje: 27,2g, szénhidrát: 73,9g, só: 1,3g
	Csirkesonka, Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Zöldség energia: 270kcal, zsír: 7g, tel.zsír: 1,9g, fehérje: 14,6g, szénhidrát: 36,7g, só: 1g	Csirkesonka, Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Zöldség energia: 270kcal, zsír: 7g, tel.zsír: 1,9g, fehérje: 14,6g, szénhidrát: 36,7g, só: 1g	Csirkesonka, Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Zöldség energia: 185kcal, zsír: 8,2g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 9,6g, szénhidrát: 18,9g, só: 1,3g	Csirkesonka, Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Zöldség energia: 185kcal, zsír: 8,2g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 9,6g, szénhidrát: 18,9g, só: 1,3g	Magyaros margarinkrém, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Zöldség energia: 241kcal, zsír: 8,8g, tel.zsír: 0,2g, fehérje: 5,8g, szénhidrát: 34,3g, só: 0,3g	Csirkesonka, Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Zöldség energia: 270kcal, zsír: 7g, tel.zsír: 1,9g, fehérje: 14,6g, szénhidrát: 36,7g, só: 1g	Csirkesonka, Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Zöldség energia: 270kcal, zsír: 7g, tel.zsír: 1,9g, fehérje: 14,6g, szénhidrát: 36,7g, só: 1g
2023.03.14 Kedd	Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Minimargarin, Olasz felvágott energia: 355kcal, zsír: 15g, tel.zsír: 6,1g, fehérje:	Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Minimargarin, Olasz felvágott energia: 355kcal, zsír: 15g, tel.zsír: 6,1g, fehérje:	Gyümölcs tea, Gluténmentes kenyér, Zöldség, Tejfölös túró ⁽⁷⁾ energia: 181kcal, zsír: 6,3g, tel.zsír: 2,2g, fehérje: 6,4g, szénhidrát: 25,1g, só: 0,6g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Olasz felvágott, Gluténmentes kenyér	Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Zöldség, Tejfölös túró ⁽⁷⁾ energia: 248kcal, zsír: 5g, tel.zsír: 2,3g, fehérje:	Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Zöldség, Tejfölös túró ⁽⁷⁾ energia: 248kcal, zsír: 5g, tel.zsír: 2,3g, fehérje: 11,7g, szénhidrát: 38,8g, só: 0,3g	Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Minimargarin, Olasz felvágott energia: 355kcal, zsír: 15g, tel.zsír: 6,1g, fehérje:

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. Csillagfürt

Ételallergiás ebéd

2023. március 13. - 2023. március 19.

Minden felvágott: glutén-, tej- és szójamentes. A kenyerek, péksütemények tejmentesek. Margarin: Liga margarin.

	11,1g, szénhidrát: 35,5g, só: 1,8g	11,1g, szénhidrát: 35,5g, só: 1,8g		energia: 287kcal, zsír: 16,2g, tel.zsír: 6,1g, fehérje: 5,8g, szénhidrát: 21,8g, só: 2,1g	11,7g, szénhidrát: 38,8g, só: 0,3g		11,1g, szénhidrát: 35,5g, só: 1,8g
	Tarhonya leves ⁽¹⁾ Paradicsomos káposzta ⁽⁹⁾ Sertéssült energia: 595kcal, zsír: 20,3g, tel.zsír: 1,6g, fehérje: 24,8g, szénhidrát: 76,4g, só: 2g	Tarhonya leves ⁽¹⁾ Paradicsomos káposzta ⁽⁹⁾ Sertéssült energia: 595kcal, zsír: 20,3g, tel.zsír: 1,6g, fehérje: 24,8g, szénhidrát: 76,4g, só: 2g	Tarhonya leves Paradicsomos káposzta ⁽⁹⁾ Sertéssült energia: 600kcal, zsír: 20,5g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 24,2g, szénhidrát: 77,1g, só: 2,1g	Tarhonya leves Paradicsomos káposzta ⁽⁹⁾ Sertéssült energia: 600kcal, zsír: 20,5g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 24,2g, szénhidrát: 77,1g, só: 2,1g	Tarhonya leves ⁽¹⁾ Paradicsomos káposzta ⁽⁹⁾ Falafel golyók ^(1,3) energia: 786kcal, zsír: 43,4g, tel.zsír: 5,2g, fehérje: 15,4g, szénhidrát: 83,6g, só: 1,9g	Tarhonya leves ⁽¹⁾ Paradicsomos káposzta ⁽⁹⁾ Csirke nuggets - sütőben sütve ^(1,3) energia: 560kcal, zsír: 20,3g, tel.zsír: 2,5g, fehérje: 17,6g, szénhidrát: 75,1g, só: 3g	Tarhonya leves ⁽¹⁾ Paradicsomos káposzta ⁽⁹⁾ Sertéssült energia: 595kcal, zsír: 20,3g, tel.zsír: 1,6g, fehérje: 24,8g, szénhidrát: 76,4g, só: 2g
	Padlizsánkrém, Zsemle ⁽¹⁾ energia: 223kcal, zsír: 8,4g, tel.zsír: 0,9g, fehérje: 5,4g, szénhidrát: 31,2g, só: 1,1g	Padlizsánkrém, Zsemle ⁽¹⁾ energia: 223kcal, zsír: 8,4g, tel.zsír: 0,9g, fehérje: 5,4g, szénhidrát: 31,2g, só: 1,1g	Padlizsánkrém, Gluténmentes kenyér energia: 161kcal, zsír: 10,1g, tel.zsír: 0,9g, fehérje: 1g, szénhidrát: 17,2g, só: 0,6g	Padlizsánkrém, Gluténmentes kenyér energia: 161kcal, zsír: 10,1g, tel.zsír: 0,9g, fehérje: 1g, szénhidrát: 17,2g, só: 0,6g	Padlizsánkrém, Zsemle ⁽¹⁾ energia: 223kcal, zsír: 8,4g, tel.zsír: 0,9g, fehérje: 5,4g, szénhidrát: 31,2g, só: 1,1g	Padlizsánkrém, Zsemle ⁽¹⁾ energia: 223kcal, zsír: 8,4g, tel.zsír: 0,9g, fehérje: 5,4g, szénhidrát: 31,2g, só: 1,1g	Padlizsánkrém, Zsemle ⁽¹⁾ energia: 223kcal, zsír: 8,4g, tel.zsír: 0,9g, fehérje: 5,4g, szénhidrát: 31,2g, só: 1,1g
2023.03.15 Szerda	Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Párizsi (sertés) energia: 326kcal, zsír: 13,7g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 10,1g, szénhidrát: 39,6g, só: 0,9g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Párizsi (sertés) energia: 326kcal, zsír: 13,7g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 10,1g, szénhidrát: 39,6g, só: 0,9g	Tej ⁽⁷⁾ , Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Párizsi (sertés) energia: 333kcal, zsír: 20,4g, tel.zsír: 4,6g, fehérje: 11,9g, szénhidrát: 25,2g, só: 1,4g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Párizsi (sertés) energia: 241kcal, zsír: 14,8g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 5,1g, szénhidrát: 21,8g, só: 1,2g	Tej ⁽⁷⁾ , Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Áfonyalekvár energia: 379kcal, zsír: 12g, tel.zsír: 4,7g, fehérje: 12,1g, szénhidrát: 54,8g, só: 0,3g	Tej ⁽⁷⁾ , Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Csirkesonka energia: 382kcal, zsír: 12,6g, tel.zsír: 4,9g, fehérje: 21g, szénhidrát: 45,7g, só: 1,2g	Tej LM, Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Párizsi (sertés) energia: 375kcal, zsír: 16,7g, tel.zsír: 3,7g, fehérje: 16,7g, szénhidrát: 38g, só: 1,4g
	Zöldségkrémleves Pirított zsemlekočka ⁽¹⁾ Sült csirkecomb Rizi-bizi energia: 895kcal, zsír: 36,6g, tel.zsír: 7,1g, fehérje: 57g, szénhidrát: 81,9g, só: 2g	Zöldségkrémleves Pirított zsemlekočka ⁽¹⁾ Sült csirkecomb Rizi-bizi energia: 895kcal, zsír: 36,6g, tel.zsír: 7,1g, fehérje: 57g, szénhidrát: 81,9g, só: 2g	Zöldségkrémleves Figurás kukorica pehely Sült csirkecomb Rizi-bizi energia: 864kcal, zsír: 32,7g, tel.zsír: 5,2g, fehérje: 57,1g, szénhidrát: 82,9g, só: 1,9g	Zöldségkrémleves Figurás kukorica pehely Sült csirkecomb Rizi-bizi energia: 864kcal, zsír: 32,7g, tel.zsír: 5,2g, fehérje: 57,1g, szénhidrát: 82,9g, só: 1,9g	Zöldségkrémleves Pirított zsemlekočka ⁽¹⁾ Rizi-bizi Rántott gomba ^(1,3) energia: 812kcal, zsír: 34,5g, tel.zsír: 5,6g, fehérje: 21,3g, szénhidrát: 101,2g, só: 2,4g	Zöldségkrémleves Pirított zsemlekočka ⁽¹⁾ Sült csirkecomb Rizi-bizi energia: 895kcal, zsír: 36,6g, tel.zsír: 7,1g, fehérje: 57g, szénhidrát: 81,9g, só: 2g	Zöldségkrémleves Pirított zsemlekočka ⁽¹⁾ Sült csirkecomb Rizi-bizi energia: 895kcal, zsír: 36,6g, tel.zsír: 7,1g, fehérje: 57g, szénhidrát: 81,9g, só: 2g

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. Csillagfürt

Ételallergiás ebéd

2023. március 13. - 2023. március 19.

Minden felvágott: glutén-, tej- és szójamentes. A kenyerek, péksütemények tejmentesek. Margarin: Liga margarin.

	Kifli ⁽¹⁾ , Paprikás szalámi, Minimargarin, Zöldség energia: 286kcal, zsír: 15g, tel.zsír: 4,7g, fehérje: 8,1g, szénhidrát: 24,5g, só: 1,5g	Kifli ⁽¹⁾ , Paprikás szalámi, Minimargarin, Zöldség energia: 286kcal, zsír: 15g, tel.zsír: 4,7g, fehérje: 8,1g, szénhidrát: 24,5g, só: 1,5g	Kocka sajt ⁽⁷⁾ , Gluténmentes kenyér, Zöldség energia: 119kcal, zsír: 4,8g, tel.zsír: 1,1g, fehérje: 2,7g, szénhidrát: 16,9g, só: 0,4g	Paprikás szalámi, Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Zöldség energia: 232kcal, zsír: 16,8g, tel.zsír: 4,8g, fehérje: 4,6g, szénhidrát: 16,2g, só: 1,2g	Kocka sajt ⁽⁷⁾ , Kifli ⁽¹⁾ , Zöldség energia: 173kcal, zsír: 3,1g, tel.zsír: 1,1g, fehérje: 6,1g, szénhidrát: 25,2g, só: 0,8g	Kocka sajt ⁽⁷⁾ , Kifli ⁽¹⁾ , Zöldség energia: 173kcal, zsír: 3,1g, tel.zsír: 1,1g, fehérje: 6,1g, szénhidrát: 25,2g, só: 0,8g	Kifli ⁽¹⁾ , Paprikás szalámi, Minimargarin, Zöldség energia: 286kcal, zsír: 15g, tel.zsír: 4,7g, fehérje: 8,1g, szénhidrát: 24,5g, só: 1,5g
2023.03.16 Csütörtök	Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Soproni felvágott, Zöldség energia: 230kcal, zsír: 6,3g, tel.zsír: 1,6g, fehérje: 6g, szénhidrát: 37g, só: 0,2g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Soproni felvágott, Zöldség energia: 230kcal, zsír: 6,3g, tel.zsír: 1,6g, fehérje: 6g, szénhidrát: 37g, só: 0,2g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Soproni felvágott, Zöldség energia: 162kcal, zsír: 7,6g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 0,7g, szénhidrát: 23,3g, só: 0,4g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Soproni felvágott, Zöldség energia: 162kcal, zsír: 7,6g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 0,7g, szénhidrát: 23,3g, só: 0,4g	Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Sajtkrém ⁽⁷⁾ , Zöldség energia: 331kcal, zsír: 16,2g, tel.zsír: 9,2g, fehérje: 8,2g, szénhidrát: 37,7g, só: 0,5g	Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Sajtkrém ⁽⁷⁾ , Zöldség energia: 331kcal, zsír: 16,2g, tel.zsír: 9,2g, fehérje: 8,2g, szénhidrát: 37,7g, só: 0,5g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Soproni felvágott, Zöldség energia: 230kcal, zsír: 6,3g, tel.zsír: 1,6g, fehérje: 6g, szénhidrát: 37g, só: 0,2g
	Meggy leves Húsos-zöldséges tészta ⁽¹⁾ energia: 551kcal, zsír: 9,3g, tel.zsír: 1,3g, fehérje: 28,1g, szénhidrát: 87g, só: 1,2g	Meggy leves Húsos-zöldséges tészta ⁽¹⁾ energia: 551kcal, zsír: 9,3g, tel.zsír: 1,3g, fehérje: 28,1g, szénhidrát: 87g, só: 1,2g	Meggy leves ⁽⁷⁾ Húsos-zöldséges tészta Reszelt sajt ⁽⁷⁾ energia: 739kcal, zsír: 22,8g, tel.zsír: 9,5g, fehérje: 35g, szénhidrát: 95,5g, só: 2,3g	Meggy leves Húsos-zöldséges tészta energia: 567kcal, zsír: 9,7g, tel.zsír: 1,4g, fehérje: 23,4g, szénhidrát: 94,2g, só: 1,3g	Meggy leves ⁽⁷⁾ Zöldséges tészta ⁽¹⁾ Reszelt sajt ⁽⁷⁾ energia: 680kcal, zsír: 22,1g, tel.zsír: 9,1g, fehérje: 25g, szénhidrát: 93,3g, só: 2,1g	Meggy leves ⁽⁷⁾ Húsos-zöldséges tészta ⁽¹⁾ Reszelt sajt ⁽⁷⁾ energia: 722kcal, zsír: 22,5g, tel.zsír: 9,4g, fehérje: 39,7g, szénhidrát: 88,3g, só: 2,2g	Meggy leves Húsos-zöldséges tészta ⁽¹⁾ energia: 551kcal, zsír: 9,3g, tel.zsír: 1,3g, fehérje: 28,1g, szénhidrát: 87g, só: 1,2g
	Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Lencsepástétom energia: 251kcal, zsír: 5g, tel.zsír: 0,5g, fehérje: 10,2g, szénhidrát: 41g, só: 0,4g	Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Lencsepástétom energia: 251kcal, zsír: 5g, tel.zsír: 0,5g, fehérje: 10,2g, szénhidrát: 41g, só: 0,4g	Gluténmentes kenyér, Lencsepástétom energia: 170kcal, zsír: 6,4g, tel.zsír: 0,5g, fehérje: 4,6g, szénhidrát: 24,1g, só: 0,6g	Gluténmentes kenyér, Lencsepástétom energia: 170kcal, zsír: 6,4g, tel.zsír: 0,5g, fehérje: 4,6g, szénhidrát: 24,1g, só: 0,6g	Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Lencsepástétom energia: 251kcal, zsír: 5g, tel.zsír: 0,5g, fehérje: 10,2g, szénhidrát: 41g, só: 0,4g	Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Lencsepástétom energia: 251kcal, zsír: 5g, tel.zsír: 0,5g, fehérje: 10,2g, szénhidrát: 41g, só: 0,4g	Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Lencsepástétom energia: 251kcal, zsír: 5g, tel.zsír: 0,5g, fehérje: 10,2g, szénhidrát: 41g, só: 0,4g
2023.03.17 Péntek	Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Mini lekvár energia: 311kcal, zsír: 6,4g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 5,4g, szénhidrát: 57,3g, só: 0,1g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Mini lekvár energia: 311kcal, zsír: 6,4g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 5,4g, szénhidrát: 57,3g, só: 0,1g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Sajt szelet ⁽⁷⁾ , Gluténmentes kenyér energia: 302kcal, zsír: 18,8g, tel.zsír: 8,7g, fehérje: 11,4g, szénhidrát: 22,3g, só: 1,4g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Mini lekvár, Gluténmentes kenyér energia: 226kcal, zsír: 7,5g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 0,4g, szénhidrát: 39,5g, só: 0,4g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Sajt szelet ⁽⁷⁾ energia: 387kcal, zsír: 17,6g, tel.zsír: 8,8g, fehérje: 17,6g, tel.zsír: 8,8g, fehérje: 17,6g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Sajt szelet ⁽⁷⁾ energia: 387kcal, zsír: 17,6g, tel.zsír: 8,8g, fehérje: 16,4g, szénhidrát: 40,1g, só: 1,1g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Mini lekvár energia: 311kcal, zsír: 6,4g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 5,4g, szénhidrát: 57,3g, só: 0,1g

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. Csillagfürt

Ételallergiás ebéd

2023. március 13. - 2023. március 19.

Minden felvágott: glutén-, tej- és szójamentes. A kenyerek, péksütemények tejmentesek. Margarin: Liga margarin.

					16,4g, szénhidrát: 40,1g, só: 1,1g		
	Spárga krémleves TM Magyaros csirkemellfilé Petrezselymes burgonya Csalamádé energia: 583kcal, zsír: 22,4g, tel.zsírsv: 3,1g, fehérje: 29,6g, szénhidrát: 65,1g, só: 2,4g	Spárga krémleves TM Magyaros csirkemellfilé Petrezselymes burgonya Csalamádé energia: 583kcal, zsír: 22,4g, tel.zsírsv: 3,1g, fehérje: 29,6g, szénhidrát: 65,1g, só: 2,4g	Spárga krémleves ⁽⁷⁾ Magyaros csirkemellfilé Petrezselymes burgonya Csalamádé energia: 638kcal, zsír: 22,7g, tel.zsírsv: 3,3g, fehérje: 35g, szénhidrát: 72,7g, só: 2,7g	Spárga krémleves TM Magyaros csirkemellfilé Petrezselymes burgonya Csalamádé energia: 583kcal, zsír: 22,4g, tel.zsírsv: 3,1g, fehérje: 29,6g, szénhidrát: 65,1g, só: 2,4g	Spárga krémleves ⁽⁷⁾ Petrezselymes burgonya Vegaburger ⁽⁶⁾ Csalamádé energia: 615kcal, zsír: 26,9g, tel.zsírsv: 5,1g, fehérje: 22,1g, szénhidrát: 70,3g, só: 3,6g	Spárga krémleves ⁽⁷⁾ Magyaros csirkemellfilé Petrezselymes burgonya Csalamádé energia: 638kcal, zsír: 22,7g, tel.zsírsv: 3,3g, fehérje: 35g, szénhidrát: 72,7g, só: 2,7g	Spárga krémleves TM Magyaros csirkemellfilé Petrezselymes burgonya Csalamádé energia: 583kcal, zsír: 22,4g, tel.zsírsv: 3,1g, fehérje: 29,6g, szénhidrát: 65,1g, só: 2,4g
	Zsemle ⁽¹⁾ , Zala felvágott, Minimargarin, Zöldség energia: 293kcal, zsír: 13,9g, tel.zsírsv: 4,4g, fehérje: 11,4g, szénhidrát: 30,4g, só: 1,9g	Zsemle ⁽¹⁾ , Zala felvágott, Minimargarin, Zöldség energia: 293kcal, zsír: 13,9g, tel.zsírsv: 4,4g, fehérje: 11,4g, szénhidrát: 30,4g, só: 1,9g	Zala felvágott, Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Zöldség energia: 231kcal, zsír: 15,6g, tel.zsírsv: 4,4g, fehérje: 6,9g, szénhidrát: 16,3g, só: 1,4g	Zala felvágott, Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Zöldség energia: 231kcal, zsír: 15,6g, tel.zsírsv: 4,4g, fehérje: 6,9g, szénhidrát: 16,3g, só: 1,4g	Kakaós csiga ^(1,3,7) energia: 217kcal, zsír: 5,3g, tel.zsírsv: 0g, fehérje: 4,8g, szénhidrát: 38,9g, só: 0g	Kakaós csiga ^(1,3,7) energia: 217kcal, zsír: 5,3g, tel.zsírsv: 0g, fehérje: 4,8g, szénhidrát: 38,9g, só: 0g	Zsemle ⁽¹⁾ , Zala felvágott, Minimargarin, Zöldség energia: 293kcal, zsír: 13,9g, tel.zsírsv: 4,4g, fehérje: 11,4g, szénhidrát: 30,4g, só: 1,9g
2023.03.18 Szombat							
2023.03.19 Vasárnap							

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. Csillagfürt

Ételallergiás ebéd

2023. március 27. - 2023. április 2.

Minden felvágott: glutén-, tej- és szójamentes. A kenyerek, péksütemények tejmentesek. Margarin: Liga margarin.

13. hét	Tejfehérje mentes	Tejfehérje, tojás mentes	GLUTÉNMENTES	Glutén, tejfehérje mentes	Vegetariánus	Sertéshúsmentes	Laktózmentes
2023.03.27 Hétfő	Gyümölcs tea, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Minimargarin, Mini lekvár energia: 311kcal, zsír: 6,4g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 5,4g, szénhidrát: 57,3g, só: 0,1g	Gyümölcs tea, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Minimargarin, Mini lekvár energia: 311kcal, zsír: 6,4g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 5,4g, szénhidrát: 57,3g, só: 0,1g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Mini lekvár, Gluténmentes kenyér energia: 226kcal, zsír: 7,5g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 0,4g, szénhidrát: 39,5g, só: 0,4g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Mini lekvár, Gluténmentes kenyér energia: 226kcal, zsír: 7,5g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 0,4g, szénhidrát: 39,5g, só: 0,4g	Gyümölcs tea, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Minimargarin, Mini lekvár energia: 311kcal, zsír: 6,4g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 5,4g, szénhidrát: 57,3g, só: 0,1g	Gyümölcs tea, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Minimargarin, Mini lekvár energia: 311kcal, zsír: 6,4g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 5,4g, szénhidrát: 57,3g, só: 0,1g	Gyümölcs tea, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Minimargarin, Mini lekvár energia: 311kcal, zsír: 6,4g, tel.zsír: 1,7g, fehérje: 5,4g, szénhidrát: 57,3g, só: 0,1g
	Csontleves Levesbetét ⁽¹⁾ , Zöldborsós csirketokány Tészta köret ⁽¹⁾ energia: 798kcal, zsír: 34,5g, tel.zsír: 5,1g, fehérje: 38,4g, szénhidrát: 82,4g, só: 1,2g	Csontleves Levesbetét ⁽¹⁾ , Zöldborsós csirketokány Tészta köret ⁽¹⁾ energia: 798kcal, zsír: 34,5g, tel.zsír: 5,1g, fehérje: 38,4g, szénhidrát: 82,4g, só: 1,2g	Csontleves Levesbetét GM Zöldborsós csirketokány Tészta köret GM energia: 807kcal, zsír: 34,9g, tel.zsír: 5,5g, fehérje: 32,2g, szénhidrát: 84,3g, só: 1,7g	Csontleves Levesbetét GM Zöldborsós csirketokány Tészta köret GM energia: 807kcal, zsír: 34,9g, tel.zsír: 5,5g, fehérje: 32,2g, szénhidrát: 84,3g, só: 1,7g	Zöldségleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Burgonyás brokkoli főzelék ^(1,7) Vegaburger ⁽⁶⁾ Túró desszert ^(5,7) energia: 602kcal, zsír: 31,4g, tel.zsír: 9,1g, fehérje: 23,4g, szénhidrát: 55,6g, só: 2,6g	Zöldségleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Zöldborsós csirketokány Tészta köret ⁽¹⁾ Túró desszert ^(5,7) energia: 786kcal, zsír: 29,6g, tel.zsír: 8,9g, fehérje: 37,8g, szénhidrát: 91,2g, só: 1,2g	Csontleves Levesbetét ⁽¹⁾ Zöldborsós csirketokány Tészta köret ⁽¹⁾ energia: 798kcal, zsír: 34,5g, tel.zsír: 5,1g, fehérje: 38,4g, szénhidrát: 82,4g, só: 1,2g
	Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Minimargarin, Paprikás szalámi, Zöldség energia: 313kcal, zsír: 15,3g, tel.zsír: 4,7g, fehérje: 10,2g, szénhidrát: 33,1g, só: 0,9g	Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Minimargarin, Paprikás szalámi, Zöldség energia: 313kcal, zsír: 15,3g, tel.zsír: 4,7g, fehérje: 10,2g, szénhidrát: 33,1g, só: 0,9g	Gluténmentes kenyér, Paprikás szalámi, Minimargarin, Zöldség energia: 232kcal, zsír: 16,8g, tel.zsír: 4,8g, fehérje: 4,6g, szénhidrát: 16,2g, só: 1,2g	Minimargarin, Paprikás szalámi, Gluténmentes kenyér, Zöldség energia: 232kcal, zsír: 16,8g, tel.zsír: 4,8g, fehérje: 4,6g, szénhidrát: 16,2g, só: 1,2g	Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Sajtkrém ⁽⁷⁾ , Zöldség energia: 315kcal, zsír: 16,1g, tel.zsír: 9,2g, fehérje: 8,5g, szénhidrát: 33,8g, só: 0,5g	Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Sajtkrém ⁽⁷⁾ , Zöldség energia: 315kcal, zsír: 16,1g, tel.zsír: 9,2g, fehérje: 8,5g, szénhidrát: 33,8g, só: 0,5g	Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Minimargarin, Paprikás szalámi, Zöldség energia: 313kcal, zsír: 15,3g, tel.zsír: 4,7g, fehérje: 10,2g, szénhidrát: 33,1g, só: 0,9g
2023.03.28 Kedd	Gyümölcs tea, Csirkesonka, Minimargarin, Zsemle ⁽¹⁾ , Zöldség	Gyümölcs tea, Csirkesonka, Minimargarin, Zsemle ⁽¹⁾ , Zöldség	Tej ⁽⁷⁾ , Csirkesonka, Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Zöldség	Gyümölcs tea, Csirkesonka, Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Zöldség	Tej ⁽⁷⁾ , Minimargarin, Kuglóf ^(1,3,7) energia: 406kcal, zsír: 15,4g, tel.zsír: 6,7g, fehérje: 11,9g, szénhidrát: 45,6g, só: 0,8g	Tej ⁽⁷⁾ , Csirkesonka, Minimargarin, Zsemle ⁽¹⁾ , Zöldség energia: 368kcal, zsír: 12,1g, tel.zsír: 4,8g, fehérje: 20,8g, szénhidrát: 43,5g, só: 2g	Tej LM, Csirkesonka, Minimargarin, Zsemle ⁽¹⁾ , Zöldség energia: 325kcal, zsír: 9,5g, tel.zsír: 3,7g, fehérje: 20,6g, szénhidrát: 38,5g, só: 2,3g

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

Ételallergiás ebéd

2023. március 27. - 2023. április 2.

Minden felvágott: glutén-, tej- és szójamentes. A kenyerek, péksütemények tejmentesek. Margarin: Liga margarin.

	energia: 276kcal, zsír: 6,5g, tel.zsírsvav: 1,7g, fehérje: 14g, szénhidrát: 40,1g, só: 1,8g	energia: 276kcal, zsír: 6,5g, tel.zsírsvav: 1,7g, fehérje: 14g, szénhidrát: 40,1g, só: 1,8g	energia: 306kcal, zsír: 13,8g, tel.zsírsvav: 4,8g, fehérje: 16,4g, szénhidrát: 29,5g, só: 1,5g	energia: 214kcal, zsír: 8,2g, tel.zsírsvav: 1,7g, fehérje: 9,6g, szénhidrát: 26,1g, só: 1,3g			
	Paradicsomleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Párolt rizs Snidlinges csirkeapró energia: 621kcal, zsír: 17,8g, tel.zsírsvav: 3,4g, fehérje: 23,2g, szénhidrát: 90g, só: 1,3g	Paradicsomleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Párolt rizs Snidlinges csirkeapró energia: 621kcal, zsír: 17,8g, tel.zsírsvav: 3,4g, fehérje: 23,2g, szénhidrát: 90g, só: 1,3g	Paradicsomleves ⁽⁹⁾ Levesbetét GM Snidlinges-sajtmártásos csirkeapró ⁽⁷⁾ Párolt rizs energia: 771kcal, zsír: 28,4g, tel.zsírsvav: 5,8g, fehérje: 31,1g, szénhidrát: 94,6g, só: 1,9g	Paradicsomleves ⁽⁹⁾ Levesbetét GM Párolt rizs Snidlinges csirkeapró energia: 613kcal, zsír: 17,8g, tel.zsírsvav: 3,4g, fehérje: 22,3g, szénhidrát: 88,7g, só: 1,3g	Paradicsomleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Snidlinges-sajtmártásos szójaragu ^(6,7) Párolt rizs energia: 700kcal, zsír: 18,1g, tel.zsírsvav: 3,3g, fehérje: 26,3g, szénhidrát: 105,6g, só: 1,2g	Paradicsomleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Snidlinges-sajtmártásos csirkeapró ⁽⁷⁾ Párolt rizs energia: 780kcal, zsír: 28,4g, tel.zsírsvav: 5,8g, fehérje: 32,1g, szénhidrát: 95,9g, só: 1,9g	Paradicsomleves ^(1,9) Levesbetét ⁽¹⁾ Párolt rizs Snidlinges csirkeapró energia: 651kcal, zsír: 19,1g, tel.zsírsvav: 3,5g, fehérje: 24,1g, szénhidrát: 93,1g, só: 1,3g
	Gombás szendvicskrém, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ energia: 201kcal, zsír: 4,9g, tel.zsírsvav: 0,5g, fehérje: 8,2g, szénhidrát: 30,8g, só: 0,4g	Gombás szendvicskrém, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ energia: 201kcal, zsír: 4,9g, tel.zsírsvav: 0,5g, fehérje: 8,2g, szénhidrát: 30,8g, só: 0,4g	Gombás szendvicskrém, Gluténmentes kenyér energia: 133kcal, zsír: 6,2g, tel.zsírsvav: 0,5g, fehérje: 2,9g, szénhidrát: 17,2g, só: 0,6g	Gombás szendvicskrém, Gluténmentes kenyér energia: 133kcal, zsír: 6,2g, tel.zsírsvav: 0,5g, fehérje: 2,9g, szénhidrát: 17,2g, só: 0,6g	Gombás szendvicskrém, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Zöldség energia: 210kcal, zsír: 5g, tel.zsírsvav: 0,5g, fehérje: 8,6g, szénhidrát: 32,4g, só: 0,4g	Gombás szendvicskrém, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ energia: 201kcal, zsír: 4,9g, tel.zsírsvav: 0,5g, fehérje: 8,2g, szénhidrát: 30,8g, só: 0,4g	Gombás szendvicskrém, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ energia: 201kcal, zsír: 4,9g, tel.zsírsvav: 0,5g, fehérje: 8,2g, szénhidrát: 30,8g, só: 0,4g
2023.03.29 Szerda	Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Párizsi (sertés), Zöldség energia: 335kcal, zsír: 13,8g, tel.zsírsvav: 1,7g, fehérje: 10,5g, szénhidrát: 41,2g, só: 0,9g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Párizsi (sertés), Zöldség energia: 335kcal, zsír: 13,8g, tel.zsírsvav: 1,7g, fehérje: 10,5g, szénhidrát: 41,2g, só: 0,9g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Párizsi (sertés), Gluténmentes kenyér, Zöldség energia: 250kcal, zsír: 14,9g, tel.zsírsvav: 1,5g, fehérje: 5,5g, szénhidrát: 23,4g, só: 1,2g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Párizsi (sertés), Gluténmentes kenyér, Zöldség energia: 250kcal, zsír: 14,9g, tel.zsírsvav: 1,5g, fehérje: 5,5g, szénhidrát: 23,4g, só: 1,2g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Sajt szelet ⁽⁷⁾ , Zöldség energia: 396kcal, zsír: 17,7g, tel.zsírsvav: 8,8g, fehérje: 16,8g, szénhidrát: 41,7g, só: 1,1g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Sajt szelet ⁽⁷⁾ , Zöldség energia: 396kcal, zsír: 17,7g, tel.zsírsvav: 8,8g, fehérje: 16,8g, szénhidrát: 41,7g, só: 1,1g	Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj.kiőrlésű zsemle ⁽¹⁾ , Párizsi (sertés), Zöldség energia: 335kcal, zsír: 13,8g, tel.zsírsvav: 1,7g, fehérje: 10,5g, szénhidrát: 41,2g, só: 0,9g
	Gulyásleves Káposztás tészta ⁽¹⁾ Gyümölcs energia: 734kcal, zsír: 24,3g, tel.zsírsvav: 2,2g, fehérje: 22,4g, szénhidrát: 104,3g, só: 0,7g	Gulyásleves Káposztás tészta ⁽¹⁾ Gyümölcs energia: 734kcal, zsír: 24,3g, tel.zsírsvav: 2,2g, fehérje: 22,4g, szénhidrát: 104,3g, só: 0,7g	Gulyásleves Káposztás tészta Gyümölcs energia: 725kcal, zsír: 24,3g, tel.zsírsvav: 2,5g, fehérje: 15,6g, szénhidrát: 107,5g, só: 0,9g	Gulyásleves Káposztás tészta Gyümölcs energia: 725kcal, zsír: 24,3g, tel.zsírsvav: 2,5g, fehérje: 15,6g, szénhidrát: 107,5g, só: 0,9g	Hamis gulyásleves Túrós csusza kefirrel ^(1,7) Gyümölcs energia: 613kcal, zsír: 14,9g, tel.zsírsvav: 4,5g, fehérje: 27,3g, szénhidrát: 91,1g, só: 1,4g	Hamis gulyásleves Túrós csusza kefirrel ^(1,7) Gyümölcs energia: 613kcal, zsír: 14,9g, tel.zsírsvav: 4,5g, fehérje: 27,3g, szénhidrát: 91,1g, só: 1,4g	Gulyásleves Káposztás tészta ⁽¹⁾ Gyümölcs energia: 734kcal, zsír: 24,3g, tel.zsírsvav: 2,2g, fehérje: 22,4g, szénhidrát: 104,3g, só: 0,7g

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. Diőfélék, 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

Ételallergiás ebéd

2023. március 27. - 2023. április 2.

Minden felvágott: glutén-, tej- és szójamentes. A kenyerek, péksütemények tejmentesek. Margarin: Liga margarin.

	Vöröslencse szendvicskrém, Félbarna kenyér ⁽¹⁾ energia: 253kcal, zsír: 5g, tel.zsír: 0,5g, fehérje: 10,1g, szénhidrát: 42g, só: 0,4g	Vöröslencse szendvicskrém, Félbarna kenyér ⁽¹⁾ energia: 253kcal, zsír: 5g, tel.zsír: 0,5g, fehérje: 10,1g, szénhidrát: 42g, só: 0,4g	Vaníliás túrókrém ⁽⁷⁾ , Gluténmentes kenyér energia: 229kcal, zsír: 9,7g, tel.zsír: 4,1g, fehérje: 9,9g, szénhidrát: 25,7g, só: 0,4g	Vöröslencse szendvicskrém, Gluténmentes kenyér energia: 172kcal, zsír: 6,4g, tel.zsír: 0,5g, fehérje: 4,5g, szénhidrát: 25,1g, só: 0,6g	Vaníliás túrókrém ⁽⁷⁾ , Félbarna kenyér ⁽¹⁾ energia: 310kcal, zsír: 8,3g, tel.zsír: 4g, fehérje: 15,5g, szénhidrát: 42,6g, só: 0,2g	Vaníliás túrókrém ⁽⁷⁾ , Félbarna kenyér ⁽¹⁾ energia: 310kcal, zsír: 8,3g, tel.zsír: 4g, fehérje: 15,5g, szénhidrát: 42,6g, só: 0,2g	Vöröslencse szendvicskrém, Félbarna kenyér ⁽¹⁾ energia: 253kcal, zsír: 5g, tel.zsír: 0,5g, fehérje: 10,1g, szénhidrát: 42g, só: 0,4g
2023.03.30 Csütörtök	Gyümölcs tea, Kenőmájas, Zsemle ⁽¹⁾ energia: 292kcal, zsír: 11,4g, tel.zsír: 5,1g, fehérje: 11,1g, szénhidrát: 35,8g, só: 1,9g	Gyümölcs tea, Kenőmájas, Zsemle ⁽¹⁾ energia: 292kcal, zsír: 11,4g, tel.zsír: 5,1g, fehérje: 11,1g, szénhidrát: 35,8g, só: 1,9g	Tej ⁽⁷⁾ , Kenőmájas, Gluténmentes kenyér energia: 321kcal, zsír: 18,7g, tel.zsír: 8,1g, fehérje: 13,4g, szénhidrát: 25,2g, só: 1,6g	Gyümölcs tea, Kenőmájas, Gluténmentes kenyér energia: 230kcal, zsír: 13,1g, tel.zsír: 5,1g, fehérje: 6,6g, szénhidrát: 21,8g, só: 1,4g	Tej ⁽⁷⁾ , Sajtos kifli ^(1,3) energia: 267kcal, zsír: 8,6g, tel.zsír: 4,7g, fehérje: 13,2g, szénhidrát: 33,8g, só: 1,1g	Tej ⁽⁷⁾ , Sajtos kifli ^(1,3) energia: 267kcal, zsír: 8,6g, tel.zsír: 4,7g, fehérje: 13,2g, szénhidrát: 33,8g, só: 1,1g	Tej LM, Kenőmájas, Zsemle ⁽¹⁾ energia: 341kcal, zsír: 14,4g, tel.zsír: 7,1g, fehérje: 17,7g, szénhidrát: 34,2g, só: 2,4g
	Sütőtök krémleves Sült csirkecomb Petrezselymes burgonya Csemege uborka ⁽¹⁰⁾ energia: 740kcal, zsír: 26,2g, tel.zsír: 4,6g, fehérje: 54,1g, szénhidrát: 70,8g, só: 1,9g	Sütőtök krémleves Sült csirkecomb Petrezselymes burgonya Csemege uborka ⁽¹⁰⁾ energia: 740kcal, zsír: 26,2g, tel.zsír: 4,6g, fehérje: 54,1g, szénhidrát: 70,8g, só: 1,9g	Sütőtök krémleves ⁽⁷⁾ Sült csirkecomb Petrezselymes burgonya Csemege uborka ⁽¹⁰⁾ energia: 748kcal, zsír: 28g, tel.zsír: 5,6g, fehérje: 54,9g, szénhidrát: 67,8g, só: 1,9g	Sütőtök krémleves Sült csirkecomb Petrezselymes burgonya Csemege uborka ⁽¹⁰⁾ energia: 740kcal, zsír: 26,2g, tel.zsír: 4,6g, fehérje: 54,1g, szénhidrát: 70,8g, só: 1,9g	Sütőtök krémleves ⁽⁷⁾ Rántott brokkoli ^(1,3,7) Petrezselymes burgonya Csemege uborka ⁽¹⁰⁾ energia: 452kcal, zsír: 12,1g, tel.zsír: 2,2g, fehérje: 12,5g, szénhidrát: 72,2g, só: 1,1g	Sütőtök krémleves ⁽⁷⁾ Sült csirkecomb Petrezselymes burgonya Csemege uborka ⁽¹⁰⁾ energia: 748kcal, zsír: 28g, tel.zsír: 5,6g, fehérje: 54,9g, szénhidrát: 67,8g, só: 1,9g	Sütőtök krémleves Sült csirkecomb Petrezselymes burgonya Csemege uborka ⁽¹⁰⁾ energia: 740kcal, zsír: 26,2g, tel.zsír: 4,6g, fehérje: 54,1g, szénhidrát: 70,8g, só: 1,9g
	Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Magyaros margarinkrém, Zöldség energia: 237kcal, zsír: 8,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 6,4g, szénhidrát: 33,4g, só: 0,4g	Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Magyaros margarinkrém, Zöldség energia: 237kcal, zsír: 8,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 6,4g, szénhidrát: 33,4g, só: 0,4g	Körözött ⁽⁷⁾ , Gluténmentes kenyér, Zöldség energia: 140kcal, zsír: 4,9g, tel.zsír: 1,6g, fehérje: 7,2g, szénhidrát: 17,5g, só: 0,3g	Magyaros margarinkrém, Gluténmentes kenyér, Zöldség energia: 156kcal, zsír: 9,9g, tel.zsír: 0g, fehérje: 0,8g, szénhidrát: 16,5g, só: 0,6g	Körözött ⁽⁷⁾ , Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Zöldség energia: 221kcal, zsír: 3,5g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 12,8g, szénhidrát: 34,5g, só: 0,1g	Körözött ⁽⁷⁾ , Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Zöldség energia: 221kcal, zsír: 3,5g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 12,8g, szénhidrát: 34,5g, só: 0,1g	Félbarna kenyér ⁽¹⁾ , Magyaros margarinkrém, Zöldség energia: 237kcal, zsír: 8,5g, tel.zsír: 0g, fehérje: 6,4g, szénhidrát: 33,4g, só: 0,4g
2023.03.31 Péntek	Gyümölcs tea, Sonkacrém, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ energia: 279kcal, zsír: 9,2g, tel.zsír: 0,8g, fehérje:	Gyümölcs tea, Sonkacrém, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ energia: 279kcal, zsír: 9,2g, tel.zsír: 0,8g, fehérje:	Gyümölcs tea, Sonkacrém, Gluténmentes kenyér energia: 211kcal, zsír: 10,5g, tel.zsír: 0,8g, fehérje: 7,6g, szénhidrát: 22g, só: 1,2g	Gyümölcs tea, Sonkacrém, Gluténmentes kenyér	Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Tojáskrém ^(1,3,7,10) energia: 270kcal, zsír: 8g, tel.zsír: 2,8g, fehérje: 8,8g, szénhidrát: 40,1g, só: 0,6g	Gyümölcs tea, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ , Tojáskrém ^(1,3,7,10) energia: 270kcal, zsír: 8g, tel.zsír: 2,8g, fehérje: 8,8g, szénhidrát: 40,1g, só: 0,6g	Gyümölcs tea, Sonkacrém, Telj. kiőrlésű kenyér ⁽¹⁾ energia: 279kcal, zsír: 9,2g, tel.zsír: 0,8g, fehérje: 12,9g, szénhidrát: 35,7g, só: 1g

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

Ételallergiás ebéd

2023. március 27. - 2023. április 2.

Minden felvágott: glutén-, tej- és szójamentes. A kenyerek, péksütemények tejmentesek. Margarin: Liga margarin.

	12,9g, szénhidrát: 35,7g, só: 1g	12,9g, szénhidrát: 35,7g, só: 1g		energia: 211kcal, zsír: 10,5g, tel.zsír: 0,8g, fehérje: 7,6g, szénhidrát: 22g, só: 1,2g			
	Rizsleves Sertéspörkölt Zöldborsófőzelék Gyümölcs energia: 625kcal, zsír: 24,1g, tel.zsír: 1,8g, fehérje: 32g, szénhidrát: 67,2g, só: 1,4g	Rizsleves Sertéspörkölt Zöldborsófőzelék Gyümölcs energia: 625kcal, zsír: 24,1g, tel.zsír: 1,8g, fehérje: 32g, szénhidrát: 67,2g, só: 1,4g	Rizsleves Sertéspörkölt Zöldborsófőzelék ⁽⁷⁾ Gyümölcs energia: 623kcal, zsír: 24,4g, tel.zsír: 2,2g, fehérje: 33,6g, szénhidrát: 64,5g, só: 1,5g	Rizsleves Sertéspörkölt Zöldborsófőzelék Gyümölcs energia: 625kcal, zsír: 24,1g, tel.zsír: 1,8g, fehérje: 32g, szénhidrát: 67,2g, só: 1,4g	Rizsleves Zöldborsófőzelék ⁽⁷⁾ Rántott sajt sütőben sütve ^(1,3,7) Gyümölcs energia: 671kcal, zsír: 32,8g, tel.zsír: 11,2g, fehérje: 30,1g, szénhidrát: 61,8g, só: 2,2g	Rizsleves Zöldborsófőzelék ⁽⁷⁾ Rántott csirkemell (sütőben sütve) ^(1,3,7) Gyümölcs energia: 694kcal, zsír: 29,1g, tel.zsír: 3,7g, fehérje: 29,6g, szénhidrát: 75,8g, só: 2,9g	Rizsleves Sertéspörkölt Zöldborsófőzelék ⁽¹⁾ Gyümölcs energia: 621kcal, zsír: 24,2g, tel.zsír: 1,8g, fehérje: 32,4g, szénhidrát: 65,2g, só: 1,4g
	Kifli ⁽¹⁾ , Csemege szalámi, Minimargarin, Zöldség energia: 291kcal, zsír: 15,1g, tel.zsír: 5g, fehérje: 9,2g, szénhidrát: 24,5g, só: 1,4g	Kifli ⁽¹⁾ , Csemege szalámi, Minimargarin, Zöldség energia: 291kcal, zsír: 15,1g, tel.zsír: 5g, fehérje: 9,2g, szénhidrát: 24,5g, só: 1,4g	Csemege szalámi, Gluténmentes kenyér, Minimargarin, Zöldség energia: 237kcal, zsír: 16,8g, tel.zsír: 5,1g, fehérje: 5,7g, szénhidrát: 16,2g, só: 1g	Csemege szalámi, Minimargarin, Gluténmentes kenyér, Zöldség energia: 237kcal, zsír: 16,8g, tel.zsír: 5,1g, fehérje: 5,7g, szénhidrát: 16,2g, só: 1g	Túrós táska ^(1,3,7) energia: 210kcal, zsír: 9g, tel.zsír: 0g, fehérje: 4,9g, szénhidrát: 26,5g, só: 0g	Túrós táska ^(1,3,7) energia: 210kcal, zsír: 9g, tel.zsír: 0g, fehérje: 4,9g, szénhidrát: 26,5g, só: 0g	Kifli ⁽¹⁾ , Csemege szalámi, Minimargarin, Zöldség energia: 291kcal, zsír: 15,1g, tel.zsír: 5g, fehérje: 9,2g, szénhidrát: 24,5g, só: 1,4g
2023.04.01 Szombat							
2023.04.02 Vasárnap							

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. Csillagfürt