



## Étlap bölcsoéde

	Menü	Energia /adag	Fehérje /adag	Zsír /adag ebből telített zsírsav /adag	Szén-hidrát /adag	cukor /adag	allergén anyag /adag	só /adag
--	------	---------------	---------------	---	-------------------	-------------	----------------------	----------

## Hétfő

Reggeli	Tej Sajtos kifli	266 kcal	13 g	11 g 2 g	38 g	1 g	Glutén, tojás, tej	0,2 g
Tízórai	Narancslé	50 kcal						
A	Tejfölös bableves Kenyér	212 kcal	29 g	11 g 2 g	21 g	4 g	Glutén, tojás, tej	1 g
B	Ízes bukta Alma	225 kcal	22 g	21 g 2 g	41 g	1 g	Glutén tojás, tej	1 g
Uzsonna	Gyümölcs tea vajkrém, zsemle	223 kcal	6 g	4 g 1 g	27 g	1 g	Glutén, tojás, tej	0,2 g

## Kedd

Reggeli	Gyümölcs tea Hot-dog	246 kcal	9 g	6 g 2 g	38 g	2 g	Glutén, tojás, tej	0,1 g
Tízórai	Almalé	50 kcal						
Leves	Fokhagyma krémleves Pirított kenyérkocka	212 kcal	22 g	21 g 2 g	40 g	1 g	Glutén, tojás, tej	1 g
Második	Ananászos sertésborda Karfioles rizs Gyümölcs	225 kcal	23 g	22 g 1 g	41 g	1 g	Glutén, tojás, tej	1 g
Uzsonna	Liegos csokipuding tk keksz	204 kcal	4 g	6 g 1 g	20 g	3 g	Glutén, tojás, tej	0,1 g

## Szerda

Reggeli	Tejberizs Fahéj szórát	265 kcal	5 g	12 g 2 g	22 g	7 g	Glutén, tojás, tej	0,3 g
Tízórai	Almalé	55 kcal						
Ebéd	Zöldborsó főzelék Virslis, kenyér	312 kcal	11 g	12 g 2 g	11 g	1 g	Glutén, tojás, tej	1 g
Uzsonna	Gyümölcs tea Reszelt sajt, margarin, tk kenyér, reszelt sárgarépa	205 kcal	2 g	2 g 1 g	18 g	6 g	Glutén, tojás, tej	0,2 g

## Csütörtök

Reggeli	Citromos tea Zala felvágott, margarin, retek, tk kenyér	245 kcal	5 g	7 g 2 g	25 g	2 g	Glutén, tojás, tej	0,4 g
Tízórai	Őszilé	62 kcal						
Ebéd	Karalábé főzelék Fasírozott, kenyér	483 kcal	11 g	3 g 2 g	11 g	2 g	Glutén, tojás, tej	1 g
Uzsonna	Tejfölös ördög szem	218 kcal	3 g	4 g 1 g	14 g	0 g	Glutén, tojás, tej	0,5 g

## Péntek

Reggeli	Karamellás tej Kalács	264 kcal	16 g	25 g 2 g	55 g	1 g	Glutén, tojás, tej	0,3 g
Tízórai	Narancslé	55 kcal						
Leves	Lucskos káposzta bent főtt hússal, kenyér Gyümölcs	496 kcal	10 g	11 g 2 g	40 g	1 g	Glutén, tojás, tej	1 g
Uzsonna	Gyümölcs tea Sonka felvágott, margarin, uborka, zsemle	204 kcal	8 g	6 g 1 g	29 g	1 g	Glutén, tojás, tej	0,8 g

Elemezésvezető

Étlapunkon a napi transzsírsav tartalom 1g alatt van, és ez az össz. zsírtartalom 20% - át sosem éri el.

Étlapunkon szereplő ételek nyomokban glutént, tejet, tojást, moggyorót tartalmazhatnak, mivel ezeket az alapanyagokat feldolgozó üzemben készülnek, felelősséget a „mentes” ételeinkért vállalunk.

A változtatás jogát fenntartjuk.