

HÉTFŐ

Tízórai

Csipkebogyó tea
 Sertés párizsis
 Diétás pékáru BL [1]
 Liga margarinnal
 Jégcsapretekkel

Fehé.: 6.3g	Zsír: 6.9g	T.Zs.: 2.7g
Szén.: 21.8g	Cukor: 6.9g	Só: 0.7g
Ener.: 174.3kcal		

Ebéd

Brokkolikrémleves [1]
 Pirított kenyérkockával [1]
 Pusztapörkölt
 Diétás pékáruval BL-E
 Csemege uborkával [15,(12)]

Fehé.: 21.1g	Zsír: 26.3g	T.Zs.: 7.1g
Szén.: 93.3g	Cukor: 3.0g	Só: 2.1g
Ener.: 702.4kcal		

Uzsonna

Vaníliás szív

Fehé.: 0.8g	Zsír: 5.1g	T.Zs.: 1.5g
Szén.: 41.1g	Cukor: 2.1g	Só: 0.6g
Ener.: 221.1kcal		

KEDD

Tízórai

Csipkebogyó tea
 Csicszeriborsókrém [7,10,(12)]
 Diétás pékáru BL [1]
 Paradicsommal

Fehé.: 4.2g	Zsír: 9.4g	T.Zs.: 4.4g
Szén.: 25.2g	Cukor: 6.7g	Só: 0.2g
Ener.: 203.4kcal		

Ebéd

Tárkonyos csirkeraguleves [1,7,9]
 Diétás pékáruval BL-E
 Csokis-megyes rakott tésztaGM [7]

Fehé.: 17.3g	Zsír: 6.5g	T.Zs.: 2.2g
Szén.: 137.6g	Cukor: 26.6g	Só: 1.5g
Ener.: 691.1kcal		

Uzsonna

Almalé 100%
 Diétás pékáru BL [1]
 Trappista sajt szelettel [7]
 Liga margarinnal

Fehé.: 13.5g	Zsír: 12.7g	T.Zs.: 7.8g
Szén.: 17.1g	Cukor: 2.7g	Só: 1.0g
Ener.: 236.9kcal		

SZERDA

Tízórai

Tejeskávé [7]
 Diétás pékáru BL [1]
 Liga margarinnal

Fehé.: 9.2g	Zsír: 4.4g	T.Zs.: 2.3g
Szén.: 38.4g	Cukor: 13.4g	Só: 0.3g
Ener.: 230.4kcal		

Ebéd

Csontleves [9,(1)]
 Levesbetéttel
 Sertés aprósült
 Sárgaborsófőzelékkel [1]
 Diétás pékáruval BL-E

Fehé.: 28.0g	Zsír: 19.3g	T.Zs.: 3.4g
Szén.: 94.2g	Cukor: 3.3g	Só: 1.0g
Ener.: 667.9kcal		

Uzsonna

Bécsi felvágottas
 Diétás pékáru BL [1]
 Liga margarinnal
 Paprikával

Fehé.: 6.8g	Zsír: 10.7g	T.Zs.: 4.1g
Szén.: 15.3g	Cukor: 0.0g	Só: 1.3g
Ener.: 185.2kcal		

CSÜTÖRTÖK

Tízórai

Csipkebogyó tea
 Sonkakrém
 Diétás pékáru BL [1]
 Kígyóborkával

Fehé.: 5.2g	Zsír: 1.1g	T.Zs.: 0.7g
Szén.: 22.1g	Cukor: 6.8g	Só: 0.4g
Ener.: 119.6kcal		

Ebéd

Almaleves [1,7]
 Rántott csirkemell
 Tört burgonyával [(7)]
 Káposztasalátával

Fehé.: 33.6g	Zsír: 27.0g	T.Zs.: 4.3g
Szén.: 92.3g	Cukor: 19.8g	Só: 2.6g
Ener.: 734.4kcal		

Uzsonna

Csokoládés puding [7]
 Diétás pékáru BL [1]

Fehé.: 12.6g	Zsír: 4.7g	T.Zs.: 2.5g
Szén.: 51.9g	Cukor: 20.0g	Só: 0.4g
Ener.: 302.3kcal		

PÉNTEK

Tízórai

Tehéntej 1,5% [7]
 Áfonyalekváros [(12)]
 Diétás pékáru BL [1]
 Liga margarinnal

Fehé.: 9.3g	Zsír: 4.4g	T.Zs.: 2.3g
Szén.: 37.9g	Cukor: 13.0g	Só: 0.3g
Ener.: 229.2kcal		

Ebéd

Zöldborsóleves [1,9]
 Bolognai
 Főtt tésztával
 Reszelt trappista sajttal [7]
 Alma

Fehé.: 22.2g	Zsír: 28.8g	T.Zs.: 9.7g
Szén.: 78.2g	Cukor: 6.7g	Só: 1.6g
Ener.: 668.8kcal		

Uzsonna

Szendvics sonkás
 Diétás pékáru BL [1]
 Liga margarinnal
 Jégcsapretekkel

Fehé.: 9.1g	Zsír: 3.9g	T.Zs.: 1.5g
Szén.: 15.1g	Cukor: 0.2g	Só: 1.0g
Ener.: 131.1kcal		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változtatásokról az érintett intézményeket értesítjük. Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

1 - glutén	2 - rák	3 - tojás	4 - hal	5 - földimogyoró
6 - szója	7 - tejtermék, laktóz	8 - diófélék	9 - zeller	10 - mustár
11 - szeszám	12 - kén-dioxid - szulfid	13 - csillagfürt	14 - puhatestűek	15 - mesterséges édesítőszer

16 - édesgyökér