



2024. május 06-10

Tejmentes (4-6 év) banánmentes	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Gyümölcs tea 2 dl (12) Minimargarin Csirkemell sonka Teljes kiőrlésű kifli (1,3,5,6,7,8,10,11,12) Zöldpaprika	Gyümölcs tea 2 dl (12) Minimargarin Főtt tojás (3) Kovászos kenyér, sószegegy (1,3,5,6,7,8,10,11,12) Paradicsom	Gyümölcs tea 2 dl (12) Minimargarin Pulykamell sonka (6) Félbarna kenyér (1,3,5,6,7,8,10,11,12) Uborka	Gyümölcs tea 2 dl (12) Tonhalkrém (1,3,4,9,10,12) Teljes kiőrlésű kenyér (1,3,5,6,7,8,10,11,12) Uborka	Gyümölcs tea 2 dl (12) Minimargarin Zala felvágott Teljes kiőrlésű kenyér (1,3,5,6,7,8,10,11,12) Zöldpaprika
	energia 231 kcal szénhidr. 31,9 g fehérje 9,8 g cukor 5,7 g zsír 6,5 g só 1,2 g telített zsír 0 g	energia 255 kcal szénhidr. 32,2 g fehérje 10 g cukor 6,2 g zsír 8,8 g só 0,3 g telített zsír 0 g	energia 244 kcal szénhidr. 35,6 g fehérje 11,4 g cukor 6,6 g zsír 5,8 g só 1,4 g telített zsír 0 g	energia 257 kcal szénhidr. 30,4 g fehérje 12,5 g cukor 8,7 g zsír 8,3 g só 1,1 g telített zsír 0 g	energia 270 kcal szénhidr. 31,2 g fehérje 11,8 g cukor 7,7 g zsír 10,2 g só 1,2 g telített zsír 0 g
Ebéd	Paradicsomleves Grillezett csirkemell Főtt hajdina Párolt vegyes zöldségek Alma	Karfiolkrémleves Panírozott halrudak (sütőben sült) (1,2,3,4,6,7,9,10) Főtt köles (1,5,6,7,8,9,10,11,12,13)	Zöldségleves tésztaival Bakonyi csirketokány Penne tészta	Meggyleves (12) Vagdalt zselet (1,3,5,6,7,8,10,11,12) Zöldbabfőzelék vegafőllel (1,3,6,7,9,10,12)	Csirkereguleves Rizstejberizs
	energia 578 kcal szénhidr. 76,1 g fehérje 30,8 g cukor 24,6 g zsír 15,6 g só 0,6 g telített zsír 0 g	energia 566 kcal szénhidr. 71,5 g fehérje 20,9 g cukor 5,9 g zsír 21,4 g só 0,9 g telített zsír 0 g	energia 542 kcal szénhidr. 73,9 g fehérje 21,3 g cukor 3,8 g zsír 16,4 g só 0,2 g telített zsír 0 g	energia 528 kcal szénhidr. 54 g fehérje 20,7 g cukor 23,9 g zsír 24,5 g só 0,4 g telített zsír 0 g	energia 483 kcal szénhidr. 79,6 g fehérje 16,1 g cukor 22,6 g zsír 10,9 g só 0,4 g telített zsír 0 g
Uzsonna	Vaníliás szójapuding (6) Háztartási keksz 5 db (1,3,5,6,7,8,12)	Minimargarin Párizsi Teljes kiőrlésű zsemle (1,3,5,6,7,8,10,11,12) Zöldpaprika	Korpovit keksz (1,3,7,8,11,12) Vegajó rudi (5,7,8)	Gyümölcsös szójaghurt (6) Állatfigurás háztartási keksz (1,3,5,6,7,8,12)	Minimargarin Párizsi Korpás zsemle (1,3,5,6,7,8,10,11,12) Paradicsom
	energia 209 kcal szénhidr. 35,5 g fehérje 5,9 g cukor 18,9 g zsír 4,3 g só 0,4 g telített zsír 0 g	energia 275 kcal szénhidr. 31,6 g fehérje 9,5 g cukor 0,8 g zsír 11,8 g só 1,5 g telített zsír 0 g	energia 229 kcal szénhidr. 29 g fehérje 2,9 g cukor 11,3 g zsír 10,9 g só 0,3 g telített zsír 0 g	energia 227 kcal szénhidr. 34 g fehérje 8,1 g cukor 18,5 g zsír 5,8 g só 0,6 g telített zsír 0 g	energia 274 kcal szénhidr. 30 g fehérje 9,5 g cukor 1,2 g zsír 11,8 g só 1,2 g telített zsír 0 g

Allergének: 1-glutén, 2-rák, 3-tojások, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szójabab, 7-tej, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezám, 12-kén-dioxid, 13-csillagfürt, 14-puhatestűk

Tájékoztatás: Az étlapon szereplő ételek **nem tartalmaznak tejet, tejterméket!** A pékáruinkat, egyes növényi tejhelyettesítő készítményeket, a halrudacskát, a kekszeket és az egyes fűszereket olyan üzemben gyártják, amelyben tejet is felhasználnak, ezért került feltüntetésre az étlapon, mint lehetséges allergén (7). Jelen étlap kizárólag azon tejfehérje allergiások számára készült, akik fogyaszthatnak olyan élelmiszereket, amelyek tejet is felhasználó üzemben készülnek.

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Jóváhagyta: Dr. Stankovics Éva, Intézményvezető

.....

Jóváhagyta: Csesznok Nikolett, Élelmezésvezető

.....



2024. május 06-10

Tejmentes (4-6 év)	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Gyümölcsstea 2 dl (12) Minimargarin Csirkemell sonka Teljes kiőrlésű kifli (1,3,5,6,7,8,10,11,12) Zöldpaprika	Gyümölcsstea 2 dl (12) Minimargarin Főtt tojás (3) Kovászos kenyér, sószegény (1,3,5,6,7,8,10,11,12) Paradicsom	Gyümölcsstea 2 dl (12) Minimargarin Pulykamell sonka (6) Félbarna kenyér (1,3,5,6,7,8,10,11,12) Uborka	Gyümölcsstea 2 dl (12) Tonhalkrém (1,3,4,9,10,12) Teljes kiőrlésű kenyér (1,3,5,6,7,8,10,11,12) Uborka	Gyümölcsstea 2 dl (12) Minimargarin Zala felvágott Teljes kiőrlésű kenyér (1,3,5,6,7,8,10,11,12) Zöldpaprika
	energia 231 kcal szénhidr.31,9 g fehérje 9,8 g cukor 5,7 g zsír 6,5 g só 1,2 g telített zsír 0 g	energia 255 kcal szénhidr.32,2 g fehérje 10 g cukor 6,2 g zsír 8,8 g só 0,3 g telített zsír 0 g	energia 244 kcal szénhidr.35,6 g fehérje 11,4 g cukor 6,6 g zsír 5,8 g só 1,4 g telített zsír 0 g	energia 257 kcal szénhidr.30,4 g fehérje 12,5 g cukor 8,7 g zsír 8,3 g só 1,1 g telített zsír 0 g	energia 270 kcal szénhidr.31,2 g fehérje 11,8 g cukor 7,7 g zsír 10,2 g só 1,2 g telített zsír 0 g
Ebéd	Paradicsomleves Grillezett csirkemell Főtt hajdina Párolt vegyes zöldségköret Alma	KarfiolkréMLEVES Panírozott halrudak (sütőben sült) (1,2,3,4,6,7,9,10) Főtt köles (1,5,6,7,8,9,10,11,12,13)	Zöldségleves tésztával Bakonyi csirketokány Penne tészta	Meggyleves (12) Vagdalt szelet (1,3,5,6,7,8,10,11,12) Zöldbabfőzelék vegaföllel (1,3,6,7,9,10,12)	CsirkeraGULEVES Rizstejberizs
	energia 578 kcal szénhidr.76,1 g fehérje 30,8 g cukor 24,6 g zsír 15,6 g só 0,6 g telített zsír 0 g	energia 566 kcal szénhidr.71,5 g fehérje 20,9 g cukor 5,9 g zsír 21,4 g só 0,9 g telített zsír 0 g	energia 542 kcal szénhidr.73,9 g fehérje 21,3 g cukor 3,8 g zsír 16,4 g só 0,2 g telített zsír 0 g	energia 528 kcal szénhidr.54 g fehérje 20,7 g cukor 23,9 g zsír 24,5 g só 0,4 g telített zsír 0 g	energia 483 kcal szénhidr.79,6 g fehérje 16,1 g cukor 22,6 g zsír 10,9 g só 0,4 g telített zsír 0 g
Uzsonna	Vaníliás szójapuding (6) Háztartási keksz 5 db (1,3,5,6,7,8,12)	Minimargarin Párizsi Teljes kiőrlésű zsemle (1,3,5,6,7,8,10,11,12) Zöldpaprika	KorpoVIT keksz (1,3,7,8,11,12) Vegajó rudi (5,7,8)	Gyümölcsös szójagHURT (6) Állatfigurás háztartási keksz (1,3,5,6,7,8,12)	Minimargarin Párizsi Korpás zsemle (1,3,5,6,7,8,10,11,12) Paradicsom
	energia 209 kcal szénhidr.35,5 g fehérje 5,9 g cukor 18,9 g zsír 4,3 g só 0,4 g telített zsír 0 g	energia 275 kcal szénhidr.31,6 g fehérje 9,5 g cukor 0,8 g zsír 11,8 g só 1,5 g telített zsír 0 g	energia 229 kcal szénhidr.29 g fehérje 2,9 g cukor 11,3 g zsír 10,9 g só 0,3 g telített zsír 0 g	energia 227 kcal szénhidr.34 g fehérje 8,1 g cukor 18,5 g zsír 5,8 g só 0,6 g telített zsír 0 g	energia 274 kcal szénhidr.30 g fehérje 9,5 g cukor 1,2 g zsír 11,8 g só 1,2 g telített zsír 0 g

Allergének: 1-glutén, 2-rák, 3-tojások, 4-hal, 5-földimogyoró, 6-szójabab, 7-tej, 8-diófélék, 9-zeller, 10-mustár, 11-szezám, 12-kén-dioxid, 13-csillagfűrt, 14-puhatestűek

Tájékoztatás: Az étlapon szereplő ételek **nem tartalmaznak tejet, tejterméket!** A pékáruinkat, egyes növényi tejhelyettesítő készítményeket, a halrudacskát, a kekszket és az egyes fűszereket olyan üzemben gyártják, amelyben tejet is felhasználnak, ezért került feltüntetésre az étlapon, mint lehetséges allergén (7). Jelen étlap kizárólag azon tejfehérje allergiások számára készült, akik fogyaszthatnak olyan élelmiszereket, amelyek tejet is felhasználó üzemben készülnek.

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Jóváhagyta: Dr. Stankovics Éva, Intézményvezető

.....

Jóváhagyta: Csesznok Nikolett, Élelmezésvezető

.....