



## 2024. JÚNIUS 24-28.

Tejmentes (4-6 év)	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Gyümölcsstea 2 dl (12) Tonhalkrém (1,3,4,9,10,12) Félbarna kenyér (1,3,5,6,7,8,10,11,12) Alma	Gyümölcsstea 2 dl (12) Minimargarin Csirkemell sonka Teljes kiőrlésű zsemle (1,3,5,6,7,8,10,11,12) Paradicsom	Gyümölcsstea 2 dl (12) Minimargarin Zala felvágott Kovászos kenyér, sószegény (1,3,5,6,7,8,10,11,12) Uborka	Gyümölcsstea 2 dl (12) Minimargarin Növényi sajt (vegajó) Zsemle (1,3,5,6,7,8,10,11,12) Uborka	Gyümölcsstea 2 dl (12) Minimargarin Párizsi Zsemle (1,3,5,6,7,8,10,11,12) Jégcsap retek
	energia 318 kcal szénhidr.45,6 g fehérje 11,5 g cukor 6,5 g zsír 8,1 g só 1,3 g telített zsír 0 g	energia 258 kcal szénhidr.35,1 g fehérje 10,7 g cukor 6,2 g zsír 6,8 g só 1,6 g telített zsír 0 g	energia 244 kcal szénhidr.33,1 g fehérje 8,4 g cukor 6,5 g zsír 8,4 g só 0,8 g telített zsír 0 g	energia 278 kcal szénhidr.38,9 g fehérje 5,5 g cukor 7,1 g zsír 10,8 g só 1 g telített zsír 0 g	energia 265 kcal szénhidr.34,3 g fehérje 8,7 g cukor 6,2 g zsír 10,3 g só 1,2 g telített zsír 0 g
Ebéd	Zöldségleves tésztával Roston pulykamell Cukkinifőzelék vegafőllel (1,3,6,7,10) Kovászos kenyér, sószegény (1,3,5,6,7,8,10,11,12)	Gombaleves Grillezett csirkemell Főtt köles Párolt zöldségek (fél adag)	Körteleves (12) Rakott brokkoli vegafőllel (7) (1,3,6,7,9,10,12)	Sütőtök krémleves Bácskai hús kölessel Alma	Csontleves Sertéspörkölt Fusilli tészta Alma
	energia 495 kcal szénhidr.52,2 g fehérje 29,9 g cukor 6,9 g zsír 18,2 g só 0,7 g telített zsír 0 g	energia 548 kcal szénhidr.57,1 g fehérje 28,6 g cukor 9,9 g zsír 21,2 g só 0,4 g telített zsírsav 0 g	energia 559 kcal szénhidr.65,8 g fehérje 24,3 g cukor 30,4 g zsír 20,4 g só 0,2 g telített zsírsav 0 g	energia 620 kcal szénhidr.69,4 g fehérje 26,2 g cukor 1,7 g zsír 24,2 g só 0,5 g telített zsír 0 g	energia 567 kcal szénhidr.62,8 g fehérje 23,4 g cukor 2,7 g zsír 21,1 g só 0,1 g telített zsír 0 g
Uzsonna	Vaníliás szójapuding (6) Háztartási keksz (1,3,5,6,7,8,12)	Minimargarin Baromfi párizsi Kovászos kenyér, sószegény (1,3,5,6,7,8,10,11,12) Paradicsom	Gyümölcsös szójaghurt (6) Korpotit keksz (1,3,7,8,11,12) Alma	Minimargarin Sonkaszalámi Teljes kiőrlésű kenyér (1,3,5,6,7,8,10,11,12) Paradicsom	Kenőmájás (6,10) Teljes kiőrlésű kenyér (1,3,5,6,7,8,10,11,12) Paradicsom
	energia 201 kcal szénhidr.32,8 g fehérje 5,7 g cukor 18,9 g zsír 4,6 g só 0,3 g telített zsír 0 g	energia 227 kcal szénhidr.27,3 g fehérje 7,9 g cukor 1,4 g zsír 9,1 g só 0,3 g telített zsír 0 g	energia 258 kcal szénhidr.39,6 g fehérje 8,5 g cukor 13,4 g zsír 6,3 g só 0,6 g telített zsír 0 g	energia 193 kcal szénhidr.20,2 g fehérje 10,2 g cukor 2,7 g zsír 6,8 g só 1,1 g telített zsír 0 g	energia 200 kcal szénhidr.20,3 g fehérje 9 g cukor 2,7 g zsír 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 halrudacsokát, 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

.....