



2025. április 14-18.

Tejmentes (4-6 év)	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Gyümölcsstea 2 dl (12) Tonhalkrém (1,3,4,9,10,12) Félbarna kenyér (1,3,5,6,7,8,11,12) Paradicsom Alma	Gyümölcsstea 2 dl (12) Növényi sajt (vegajó) (7)* Minimargarin Zsemle (1,3,5,6,7,8,11,12) Zöldpaprika	Gyümölcsstea 2 dl (12) Zala felvágott Minimargarin Kovászos kenyér (1,3,5,6,7,8,11,12) Zöldpaprika	Gyümölcsstea 2 dl (12) Csirkemell sonka Minimargarin Teljes kiőrlésű zsemle (1,3,5,6,7,8,11,12) Paradicsom	Gyümölcsstea 2 dl (12) Párizsi Minimargarin Félbarna kenyér (1,3,5,6,7,8,11,12) Jégcsap retek
	energia 270 kcal szénhidr.40,5 g fehérje 9,7 g cukor 6 g zsír 6,6 g só 0,7 g telített zsír 0,7 g	energia 289 kcal szénhidr.42 g fehérje 5 g cukor 6,2 g zsír 10,9 g só 1,1 g telített zsír 1,1 g	energia 246 kcal szénhidr.33,8 g fehérje 8 g cukor 6 g zsír 8,4 g só 0,7 g telített zsír 2,5 g	energia 250 kcal szénhidr.38,3 g fehérje 9,5 g cukor 14,6 g zsír 5,5 g só 1,4 g telített zsír 1,6 g	energia 415 kcal szénhidr.64,7 g fehérje 12,9 g cukor 5,4 g zsír 11 g só 1,2 g telített zsír 3,8 g
Ebéd	Zöldségleves tésztával Roston pulykamell Burgonyapüré Párolt brokkoli	Sütőtök krémleves Bácskai rizshús Csemege uborka (10)	Körteleves (12) Rakott karfiol vegaföllel (7)*	Karalábéleves Grillezett csirkemell Főtt köles Párolt zöldségek (fél adag)	Csontleves Sertéspörkölt Tököfzelék
	energia 579 kcal szénhidr.59,2 g fehérje 27,7 g cukor 8,2 g zsír 23 g só 1 g telített zsír 2 g	energia 560 kcal szénhidr.68,9 g fehérje 23,4 g cukor 1,7 g zsír 19,8 g só 1 g telített zsír 4,6 g	energia 583 kcal szénhidr.74,8 g fehérje 22 g cukor 31,1 g zsír 20,6 g só 0,4 g telített zsír 3,7 g	energia 480 kcal szénhidr.51,6 g fehérje 26,9 g cukor 11,2 g zsír 16,5 g só 0,8 g telített zsír 1,8 g	energia 436 kcal szénhidr.23,5 g fehérje 21,7 g cukor 9 g zsír 24,7 g só 0,2 g telített zsír 7,1 g
Uzsonna	Vaníliás szójapuding (6) Állatfigurás háztartási keksz (1,3,5,6,7,8,12)	Szendvicssonka Minimargarin Teljes kiőrlésű zsemle (1,3,5,6,7,8,11,12) Paradicsom	Alma Gyümölcsös szójaghurt (6) Korpovit keksz (1,3,7,8,11,12)	Baromfi párizsi Minimargarin Kovászos kenyér (1,3,5,6,7,8,11,12) Paradicsom	Kenőmájás (6,10) Teljes kiőrlésű kenyér (1,3,5,6,7,8,11,12) 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 1,4 g	energia 234 kcal szénhidr.33,6 g fehérje 9,5 g cukor 10,1 g zsír 6 g só 1,5 g telített zsír 2 g	energia 246 kcal szénhidr.36,8 g fehérje 8,4 g cukor 13,4 g zsír 6,3 g só 0,6 g telített zsír 1,7 g	energia 220 kcal szénhidr.27,9 g fehérje 7,8 g cukor 0,8 g zsír 8,2 g só 0,3 g telített zsír 2 g	energia 251 kcal szénhidr.34,1 g fehérje 8,8 g cukor 0,7 g zsír 7,4 g só 1 g telített zsír 0,3 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

**Tájékoztató:** Az étlapon szereplő ételek **nem tartalmaznak tejet, tejterméket!** A pékáruinkat, egyes növényi tejhelyettesítő készítményeket, a halrudacsát, 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.

(7)\* **jelölés** kizárólag a nyomokban előforduló allergénre vonatkozik. A felhasznált termék: Fino Vegajó Trappista és/vagy Fino Vegaföl mely termékek önmagában nem tartalmaz tejet.

### Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Jóváhagyta: Dr. Szedlák Miklós György, mb. Főigazgató .....

Jóváhagyta: Csesznok Nikolett, Élelmezésvezető-dietetikus .....