

2018.OKTÓBER 15-21

A menü	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd	<p>Tejf. burgonya leves Hentes tokány Csemege uborka Tészta coffocska</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 462 kcal szénhidr.31,1 g fehérje 22,2 g cukor 1 g zsír 31,7 g só 0,8 g telített zsírsav: 0 g</p>	<p>Meggyleves Szegedi sertés szelet Káposzta saláta</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 899 kcal szénhidr.152,6 g fehérje 30,5 g cukor 5,7 g zsír 18,5 g só 2,4 g telített zsírsav: 0 g</p>	<p>Tavaszi leves Dubarry szelet Párolt rizsköret</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, hal, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 772 kcal szénhidr.96,3 g fehérje 37,4 g cukor 1,8 g zsír 26,7 g só 0,7 g telített zsírsav: 0 g</p>	<p>Zöldborsós ragu lev. Ízes bukta baracklekvárral</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 783 kcal szénhidr.92,5 g fehérje 28 g cukor 5 g zsír 31,9 g só 0,3 g telített zsírsav: 0 g</p>	<p>Daragaluska leves Toroskáposzta Kenyér szeletelt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, kén-dioxid, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 662 kcal szénhidr.90,2 g fehérje 33,2 g cukor 0 g zsír 19,2 g só 2,4 g telített zsírsav: 0 g</p>

B menü	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd	<p>Tejf. burgonya leves Bácskai rizses hús Csemege uborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 715 kcal szénhidr.88,1 g fehérje 24,5 g cukor 1 g zsír 31,1 g só 0,4 g telített zsírsav: 0 g</p>	<p>Meggyleves Rántott csirkemell Káposzta saláta Párolt rizs s,répával</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 1168 kcal szénhidr.157,2 g fehérje 31,6 g cukor 6,7 g zsír 45 g só 1 g telített zsírsav: 0 g</p>	<p>Tavaszi leves Sertés pörkölt Zöldbabfőzelék Kenyér szeletelt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, hal, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 759 kcal szénhidr.79,3 g fehérje 37,5 g cukor 1 g zsír 36,7 g só 2,4 g telített zsírsav: 0 g</p>	<p>Zöldborsós ragu lev. Gránátos kocka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller</p> <p>energia 728 kcal szénhidr.83,3 g fehérje 34,2 g cukor 0 g zsír 27 g só 0,8 g telített zsírsav: 0 g</p>	<p>Daragaluska leves Hagymás csirkemáj Csemege uborka Párolt rizsköret</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 883 kcal szénhidr.109,3 g fehérje 43,8 g cukor 0 g zsír 28,2 g só 0,5 g telített zsírsav: 0 g</p>

Alkalm. energiaszegegy	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd	<p>Csirkemájás cs.mell roston Nyári saláta Gyümölcslé dobozos Petrezselymes barnarizs</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, zeller</p> <p>energia 833 kcal szénhidr.111,7 g fehérje 45,5 g cukor 2 g zsír 21,1 g só 0,2 g telített zsírsav: 0 g</p>	<p>Zöldségleves Fantázia csirkemell Burgonya petrezselymes</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 824 kcal szénhidr.75,8 g fehérje 44,2 g cukor 1 g zsír 27,2 g só 0,8 g telített zsírsav: 0 g</p>	<p>Tavaszi leves Rántott hal Uborka saláta Párolt rizsköret</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, hal, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 1246 kcal szénhidr.145,3 g fehérje 58,9 g cukor 3 g zsír 49,9 g só 1,4 g telített zsírsav: 0 g</p>	<p>Zöldborsós ragu lev. Csirkecomb jóasszony m. Nyári saláta Muzli</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 1385 kcal szénhidr.129,5 g fehérje 76 g cukor 2 g zsír 49,9 g só 0,2 g telített zsírsav: 0 g</p>	<p>Daragaluska leves Rost. csmell Sóskamártás Tört burgonya</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 870 kcal szénhidr.89,8 g fehérje 42,2 g cukor 5 g zsír 39,7 g só 0,9 g telített zsírsav: 0 g</p>

2018.OKTÓBER 22-26

A menü	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd	Paradicsom leves Reszelt máj Burgonya sós Csemege uborka <i>Allergének:</i> glutén	Daragaluska leves Köményes aprópecsenye Párolt rizs sárga répával Vegyes vágott savanyúság <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller	Csurgatott tojás leves Töltött káposzta Kenyér szeletelt <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, tojások, zeller	Reszelt tészta leves Kunsági tokány Tészta coffocska <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller	Sárgaborsó leves kolbásszal Mákos kifli <i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller
	energia 825 kcal szénhidr.101 g fehérje 26,7 g cukor 3 g zsír 32,6 g só 0,7 g telített zsírsav: 0 g	energia 773 kcal szénhidr.87,1 g fehérje 33,1 g cukor 0 g zsír 30,9 g só 0,8 g telített zsírsav: 0 g	energia 1227 kcal szénhidr.159,7 g fehérje 49,1 g cukor 0,7 g zsír 34 g só 4,4 g telített zsírsav: 0 g	energia 385 kcal szénhidr.24,8 g fehérje 21,6 g cukor 0,7 g zsír 23,8 g só 0,8 g telített zsírsav: 0 g	energia 1316 kcal szénhidr.110 g fehérje 37 g cukor 7,5 g zsír 77,2 g só 1,7 g telített zsírsav: 0 g

B menü	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd	<i>Allergének:</i>	<i>Allergének:</i>	Csurgatott tojás leves Tarhonyás hús Cékla saláta <i>Allergének:</i> glutén, tojások	Reszelt tészta leves Székely káposzta Kenyér szeletelt <i>Allergének:</i> glutén, kén-dioxid, szójabab, tej, tojások, zeller	Sárgaborsó leves kolbásszal Tepertős túrós metélt <i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller
	energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g telített zsírsav: 0 g	energia kcal szénhidr.g fehérje g cukor g zsír g só g telített zsírsav: 0 g	energia 716 kcal szénhidr.69,8 g fehérje 32,2 g cukor 2 g zsír 32 g só 1,3 g telített zsírsav: 0 g	energia 701 kcal szénhidr.101,9 g fehérje 33,9 g cukor 1 g zsír 21,5 g só 2,3 g telített zsírsav: 0 g	energia 846 kcal szénhidr.89,1 g fehérje 43,3 g cukor 1 g zsír 37 g só 2,5 g telített zsírsav: 0 g

Alkalm. energiasze- gény	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd	<i>Allergének:</i>	<i>Allergének:</i>	Rakott sertésszelet Nyári saláta Tört burgonya Gyümölcsle Müzli <i>Allergének:</i> diófélék, földimo- gyoró, glutén, mustár, sze- zámmag, szójabab, tej, tojások, zeller	Reszelt tészta leves Vagdalt Parajfőzelék Burgonya sós Müzli <i>Allergének:</i> diófélék, földimo- gyoró, glutén, szójabab, tej, tojások, zeller	Csontleves kocka tésztával Brokkolis sajtos csirkemell Rizi-bizi Káposzta saláta <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller
	energia kcal szénhidr.g fehérje g cukor g zsír g só g telített zsírsav: 0 g	energia kcal szénhidr. g fehérje g cukor g zsír g só g telített zsírsav: 0 g	energia 874 kcal szénhidr.119 g fehérje 32,9 g cukor 2 g zsír 27,2 g só 3 g telített zsírsav: 0 g	energia 1301 kcal szénhidr.124,9 g fehérje 38,6 g cukor 3,9 g zsír 50,8 g só 1,4 g telített zsírsav: 0 g	energia 1236 kcal szénhidr.147,6 g fehérje 54,5 g cukor 4 g zsír 44,7 g só 1,3 g telített zsírsav: 0 g



A'LA CARTE ÉTLAP 2018.10.19



HÚSFÉLÉK

Allergén

Rántott sertés szelet	440 Ft	-	489 kcal	4,11,12
Rántott csirkemell	440 Ft	-	535 kcal	4,11,12
Rántott sertésmáj	330 Ft	-	508 kcal	4,11,12
Rántott sajt (2 db)	440 Ft	-	735 kcal	4,11,12
Rántott csirkecomb	440 Ft	-	734 kcal	4,11,12
Roston csirkemell	440 Ft	-	227 kcal	
Nyírségi szelet	490 Ft	-	681 kcal	
Kijevi csirkemell	490 Ft	-	582 kcal	4,11,12
Kukoricapelyhes csirkemell	490 Ft	-	298 kcal	4,11,12
Vagdalt /2 db/	340 Ft	-	437 kcal	4,12
Húsos palacsinta / 2 db /	340 Ft	-	404 kcal	4,12
Lecsós sertésszelet	440 Ft	-	265 kcal	

Az X -el jelöltek elfogytak

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!



A'LA CARTE ÉTLAP 2018.10.19



LEVESEK

Allergén

Legényfogó leves	370 Ft	-	462 kcal	4,12
Zöldbab leves	200 Ft	-	133 kcal	4,12
Reszelt tészta leves	190 Ft	-	85 kcal	4,12

EGYTÁLÉTELEK

Allergén

Zöldséges spagetti roston csirkével	600 Ft		680 kcal	4,11,12
--	--------	--	----------	---------

TÉSZTA

Allergén

Gránátos kocka	230 Ft	-	704 kcal	4,11,12
----------------	--------	---	----------	---------

Az X –el jelöltek elfogytak

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!



A'LA CARTE ÉTLAP 2018.10.19



FŐZELÉKEK

Allergén

Burgonya főzelék 210 Ft - 109 kcal 4,11

KÖRETEK

Allergén

Párolt mexikói köret 260 Ft 130 kcal
Zsírban sült burgonya 180 Ft - 618 kcal
Sós burgonya 180 Ft - 334 kcal
Petrezselymes rizs 170 Ft - 375 kcal
Tészta 170 Ft - 429 kcal 4,12

SAVANYÚK – BEFŐTTEK - SALÁTÁK

Káposzta saláta 90 Ft - 123 kcal
Uborka saláta 180 Ft - 115 kcal
Tartármártás 140 Ft - 120 kcal
Kenyér 15 Ft - szelet

Az X -el jelöltek elfogytak

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!



A'LA CARTE ÉTLAP 2018.10.19



GLUTÉN MENTES VÁLASZTÉK

Lecsós sertésszelet	440 Ft	-	265 kcal
Nyírségi szelet	490 Ft	-	681 kcal
Roston csirkemell	440 Ft	-	227 kcal
Burgonya főzelék	210 Ft	-	109 kcal
Párolt mexikói köret	260 Ft	-	130 kcal
Köreték			

ITALOK

Dobozos 0.33 l	190 Ft	-	190 Ft
Üdítő 0.5 l	250 Ft	-	250 Ft
Ásványvíz 0.5 l	150 Ft	-	150 Ft
Santia gyümölcsital	150 Ft	-	150 Ft
Jeges tea	250 Ft	-	250 Ft
Gyümölcslé poharas	70 Ft	-	70 Ft
Műanyag doboz	70 Ft		

Az X -el jelöltek elfogytak

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!



A'LA CARTE ÉTLAP 2018.10.19



Főbb allergiát okozó anyagok:

- 1 Csillagfürt és abból készült termékek
- 2 Diófélék/ madula, mogyoró, dió, kesudió, pekándió, brazil dió, pisztácia, macadamia
- 3 Földimogyoró és abból készült termékek
- 4 Glutént tartalmazó gabona , / búza, rozs, árpa, zab, tönköly, kamut búza /
- 5 Halak és abból készült termékek
- 6 Kén –dioxid és S02ben kifejezett szulfitek 10 mg/kg, illetve 10mg/liter koncentrációt meghaladó mennyiségben
- 7 Mustár és abból készült termékek
- 8 Rákfélék és azokból készült termékek
- 9 Szezámmag és abból készült termékek
- 10 Szójabab és abból készült termékek
- 11 Tej és abból készült termékek /beleértve a laktózt is/
- 12 Tojás és abból készült termékek
- 13 Zeller és abból készült termékek

Az X –el jelöltek elfogytak

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!