

2018.JÚLIUS 23-27

A menü	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd	<p>Reszelt tészta leves Bolonyai szelet Spagetti</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 820 kcal szénhidr.75,8 g fehérje 35 g cukor 0 g zsír 39,6 g só 3 g telített zsírsav: 0 g</p>	<p>Daragaluska leves Kukoricapelyhes csirkemell Párolt rizsköret Cékla saláta</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 1068 kcal szénhidr.111,5 g fehérje 29,6 g cukor 2 g zsír 54 g só 0,6 g telített zsírsav: 0 g</p>	<p>Májgaluska leves Rakott túrós metélt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 960 kcal szénhidr.139 g fehérje 41,9 g cukor 3 g zsír 24,8 g só 1,9 g telített zsírsav: 0 g</p>	<p>Kertész leves Töltött káposzta Kenyér szeletelt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, hal, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 1119 kcal szénhidr.142 g fehérje 40,5 g cukor 0,7 g zsír 32,6 g só 2,3 g telített zsírsav: 0 g</p>	<p>Tarhonya leves Sertés pörkölt Tökfőzelék Kenyér szeletelt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, hal, mustár, szezám, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 901 kcal szénhidr.90,1 g fehérje 36,7 g cukor 1 g zsír 44,6 g só 2,3 g telített zsírsav: 0 g</p>
B menü	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd	<p>Reszelt tészta leves Lecsós sertésszelet Lencse főzelék Kenyér szeletelt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 917 kcal szénhidr.117,5 g fehérje 48 g cukor 0 g zsír 27,6 g só 4 g telített zsírsav: 0 g</p>	<p>Zöldség leves Bakonyi sertés szelet Spagetti</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 784 kcal szénhidr.84,3 g fehérje 36,3 g cukor 0,7 g zsír 28,4 g só 2,7 g telített zsírsav: 0 g</p>	<p>Májgaluska leves Káposztás kocka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 655 kcal szénhidr.91,8 g fehérje 29,4 g cukor 0 g zsír 18,3 g só 1,8 g telített zsírsav: 0 g</p>	<p>Kertész leves Rántott csirkecomb Párolt rizs kukoricával Csemege uborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, hal, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 1280 kcal szénhidr.137,8 g fehérje 46,3 g cukor 1 g zsír 57,7 g só 1 g telített zsírsav: 0 g</p>	<p>Tarhonya leves Tejfölös gombás sertésszelet Tészta köret rövidcső</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, hal, mustár, szezám, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 891 kcal szénhidr.89,3 g fehérje 43,2 g cukor 1 g zsír 39 g só 4,3 g telített zsírsav: 0 g</p>
Alkalm. energiaszegegy	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd	<p>Sült csirkecomb felső Petrezselymes barnarizs Nyári saláta Gyümölcslé</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>energia 906 kcal szénhidr.107,4 g fehérje 49,8 g cukor 2 g zsír 28 g só 0,2 g telített zsírsav: 0 g</p>	<p>Zöldség leves Dubari szelet Burgonya petrezselymes Uborka saláta</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 920 kcal szénhidr.116,4 g fehérje 49 g cukor 5,1 g zsír 30,8 g só 0,8 g telített zsírsav: 0 g</p>	<p>Feta sajtos csirkemell Párolt rizs Uborka saláta Gyümölcslé</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 1237 kcal szénhidr.140,8 g fehérje 50,5 g cukor 3 g zsír 49,1 g só 1,6 g telített zsírsav: 0 g</p>	<p>Kertész leves Csirkecomb kertészné módra Nyári saláta Muzli</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, hal, mustár, szójabab, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 1009 kcal szénhidr.98,5 g fehérje 59,7 g cukor 2 g zsír 41,1 g só 0,6 g telített zsírsav: 0 g</p>	<p>Libanoni csirkemell Uborka saláta Gyümölcslé</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller</p> <p>energia 884 kcal szénhidr.125,7 g fehérje 41,4 g cukor 2 g zsír 21,3 g só 0,4 g telített zsírsav: 0 g</p>



A'LA CARTE ÉTLAP 2018.07.23



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	
Szezámagos cs. mell	490 Ft	-	298 kcal	4,9,11,12
Brokkolis sajtos cs.mell	490 Ft	-	555 kcal	4,11,12
Fetasajtos cs.mell	490 Ft	-	586 kcal	4,11,12
Vagdalt /2 db/	340 Ft	-	437 kcal	4,12
Lecsós sertésszelet	440 Ft	-	265 kcal	

Az X –el jelöltek elfogytak

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!



A'LA CARTE ÉTLAP
2018.07.23



LEVESEK

Allergén

Zöldborsós raguleves	310 Ft	-	349 kcal	
Tejfölös gombaleves	200 Ft	-	188 kcal	4,11
Zöldség leves	190 Ft	-	106 kcal	4,12

EGYTÁLÉTELEK

Allergén

Rakott káposzta	510 Ft	-	468 kcal	4,11
-----------------	--------	---	----------	------

TÉSZTA

Allergén

Tepertős túrós csusza	360 Ft	-	738 kcal	4,11,12
-----------------------	--------	---	----------	---------

Az X –el jelöltek elfogytak

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!



A'LA CARTE ÉTLAP 2018.07.23



FŐZELÉKEK

Allergén

Lencsefőzelék 210 Ft - 407 kcal

KÖRETEK

Allergén

Párolt Royal zöldség	260 Ft -	94 kcal	
Zsírban sült burgonya	180 Ft -	618 kcal	
Sós burgonya	180 Ft -	334 kcal	
Párolt rizs	170 Ft -	498 kcal	
Tészta	170 Ft -	429 kcal	4,12

Az X –el jelöltek elfogytak

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!



A'LA CARTE ÉTLAP 2018.07.23



ITALOK

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

SAVANYÚK – BEFŐTTEK - SALÁTÁK

Káposzta saláta	90 Ft	-	123 kcal
Uborka saláta	180 Ft	-	115 kcal
Nyári saláta	180 Ft	-	148 kcal
Tartármártás	140 Ft	-	120 kcal
Kenyér	15 Ft	-	szelet

Műanyag doboz 70 Ft

Az X –el jelöltek elfogytak

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!



A'LA CARTE ÉTLAP 2018.07.23



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 Szezám-mag 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!