

2021. szeptember	<b>hétfő</b>	<b>kedd</b>	<b>szerda</b>	<b>csütörtök</b>	<b>péntek</b>
<b>Ebéd</b>	Almaleves glutén-, és tejfehérjementesen Pírtott csirkemáj Főtt burgonya Céklasaláta Gluténmentes kenyér	Rizsleves Párolt csirkemell szelet Finomfőzelék glutén-, és tejfehérjementesen Gluténmentes kenyér	Zöldségleves Rakott kel glutén-, és tejfehérjementesen Banán	Karfiolleves gluténmentesen Lecsós pulykaszelet Párolt barnarizs	Palócleves glutén-, és tejfehérjementesen Tejbe rizs glutén-, és tojásmentesen Gluténmentes kenyér
	energia: 562 Kcal szénhidrát: 91 g fehérje: 21 g cukor: 12 g zsír / telített zs.: 11 g / 2 g só: 1,8 g	energia: 498 Kcal szénhidrát: 65 g fehérje: 25 g cukor: 4 g zsír / telített zs.: 15 g / 1,8 g só: 2,1 g	energia: 546 Kcal szénhidrát: 56 g fehérje: 21 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 26 g / 6,2 g só: 1,6 g	energia: 497 Kcal szénhidrát: 62 g fehérje: 19 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 19 g / 3 g só: 1,9 g	energia: 537 Kcal szénhidrát: 82 g fehérje: 13 g cukor: 19 g zsír / telített zs.: 17 g / 4,3 g só: 0,7 g
	Allergének: Feltételezhető:	Allergének: zeller Feltételezhető:	Allergének: zeller Feltételezhető:	Allergének: zeller Feltételezhető:	Allergének: Feltételezhető:
	<b>hétfő</b>	<b>kedd</b>	<b>szerda</b>	<b>csütörtök</b>	<b>péntek</b>
<b>Ebéd</b>	Erőleves Szárasztásza levesbetét gluténmentesen Sült csirkecomb Petrezselymes burgonya Párolt lilakáposzta	Tarhonyaleves, glutén-, és tojásmentesen Sertésvagdalt glutén-, és tojásmentesen Tököfőzelék glutén-, és tejfehérjementesen Alma	Zöldspárga leves glutén-, és tejfehérjementesen Rostonsült harcsafilé Párolt köles Fokhagymamártás glutén-, és tejfehérjementesen	Zöldborsóleves gluténmentesen Serpényós burgonya szójamentes virslivel Csemege uborka Gluténmentes kenyér	Hagymaleves glutén-, és tejfehérjementesen Borsos marhatokány Párolt rizs Ecetes almapirika
	energia: 501 Kcal szénhidrát: 55 g fehérje: 24 g cukor: 3 g zsír / telített zs.: 20 g / 3,2 g só: 4 g	energia: 549 Kcal szénhidrát: 54 g fehérje: 16 g cukor: 1 g zsír / telített zs.: 29 g / 6,6 g só: 2,2 g	energia: 507 Kcal szénhidrát: 47 g fehérje: 19 g cukor: 1 g zsír / telített zs.: 27 g / 3,7 g só: 6,9 g	energia: 550 Kcal szénhidrát: 78 g fehérje: 14 g cukor: 2 g zsír / telített zs.: 20 g / 3,7 g só: 5 g	energia: 528 Kcal szénhidrát: 61 g fehérje: 20 g cukor: 1 g zsír / telített zs.: 22 g / 5,7 g só: 3 g
	Allergének: tojás Feltételezhető:	Allergének: tojás Feltételezhető:	Allergének: hal Feltételezhető:	Allergének: zeller; mustár Feltételezhető:	Allergének: Feltételezhető: mustár; kén-dioxid, szulfít
	<b>hétfő</b>	<b>kedd</b>	<b>szerda</b>	<b>csütörtök</b>	<b>péntek</b>
<b>Ebéd</b>	Zöldségleves Bolognai spagetti glutén-, tojás-, és tejfehérjementesen	Édesburgonya krémleves glutén-, és tejfehérjementesen Sült csirkemell Kukorica-főzelék glutén-, és tejfehérjementesen	BrokkolikréMLEVES glutén-, és tejfehérjementesen Tárkonyos csirkecomb ragu gluténmentesen Párolt barnarizs Csalamádé	Csirkemájás zöldségleves gluténmentesen Töltött paprika paradicsommártással gluténmentesen	Csontleves Pulykapörkölt Sárgaborsó főzelék gluténmentesen Gluténmentes kenyér Alma
	energia: 558 Kcal szénhidrát: 68 g fehérje: 16 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 24 g / 7,9 g só: 2,2 g	energia: 514 Kcal szénhidrát: 65 g fehérje: 26 g cukor: 3 g zsír / telített zs.: 17 g / 2,1 g só: 1,5 g	energia: 518 Kcal szénhidrát: 65 g fehérje: 22 g cukor: 4 g zsír / telített zs.: 18 g / 2,9 g só: 3,4 g	energia: 542 Kcal szénhidrát: 56 g fehérje: 26 g cukor: 8 g zsír / telített zs.: 23 g / 6 g só: 2,3 g	energia: 539 Kcal szénhidrát: 73 g fehérje: 29 g cukor: 2 g zsír / telített zs.: 14 g / 2,2 g só: 1,5 g
	Allergének: tojás; zeller Feltételezhető:	Allergének: Feltételezhető:	Allergének: Feltételezhető: mustár; kén-dioxid, szulfít	Allergének: zeller; Feltételezhető:	Allergének: zeller Feltételezhető:
	<b>hétfő</b>	<b>kedd</b>	<b>szerda</b>	<b>csütörtök</b>	<b>péntek</b>
<b>Ebéd</b>	Paradicsomleves gluténmentesen Temesvári sertésborda glutén-, és tejfehérjementesen Tésztaköret glutén-, és tojásmentesen	Lebbencsleves gluténmentesen Párolt halfilé Csőbensült zöldségtál glutén-, tojás-, és tejfehérjementesen Gluténmentes kenyér	Pulykaragu leves Gyümölcsrizs tejfehérjementesen Gluténmentes kenyér	Gombaleves gluténmentesen Brassói feltét Pírtott burgonya Uborkasaláta	Rántott leves gluténmentesen Pírtott zsemlekocka gluténmentesen Székelygulyás glutén-, és tejfehérjementesen Gluténmentes kenyér Alma
	energia: 548 Kcal szénhidrát: 70 g fehérje: 20 g cukor: 4 g zsír / telített zs.: 20 g / 3,6 g só: 2 g	energia: 515 Kcal szénhidrát: 70 g fehérje: 20 g cukor: 2 g zsír / telített zs.: 17 g / 3,9 g só: 1,7 g	energia: 567 Kcal szénhidrát: 110 g fehérje: 15 g cukor: 28 g zsír / telített zs.: 7 g / 1,1 g só: 0,7 g	energia: 504 Kcal szénhidrát: 48 g fehérje: 18 g cukor: 5 g zsír / telített zs.: 26 g / 6,4 g só: 1,7 g	energia: 495 Kcal szénhidrát: 70 g fehérje: 20 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 17 g / 2,7 g só: 2,5 g
	Allergének: zeller; tojás Feltételezhető:	Allergének: zeller; hal; tojás Feltételezhető:	Allergének: zeller Feltételezhető:	Allergének: zeller Feltételezhető:	Allergének: Feltételezhető: kén-dioxid, szulfít
	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>szept.27-okt.1.</b>	Kelbimbó krémleves, tej-, és gluténmentesen Csirkemell rizottó barnarizzsal, növényi sajttal	Kertész leves rizslisztes sűrítéssel Sertéspörkölt Burgonyafőzelék, tej-, és gluténmentesen	Csontleves Glutén- és tejmentes töltött káposzta	Glutén- és tejmentes meggyleves Natúr halfilé, gluténmentesen Párolt brokkoli Gluténmentes magvas zsemle	Zöldségleves Mustáros sertésszelet Tésztaköret glutén- és tojásmentes tésztából
	energia: 543 Kcal szénhidrát: 67 g fehérje: 29 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 17 g / 5,6 g só: 1,7 g	energia: 558 Kcal szénhidrát: 57 g fehérje: 21 g cukor: 1 g zsír / telített zs.: 27 g / 7,1 g só: 1,9 g	energia: 308 Kcal szénhidrát: 30 g fehérje: 18 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 13 g / 6,6 g só: 2,7 g	energia: 505 Kcal szénhidrát: 52 g fehérje: 24 g cukor: 9 g zsír / telített zs.: 22 g / 7,8 g só: 1,7 g	energia: 660 Kcal szénhidrát: 70 g fehérje: 20 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 33 g / 12,1 g só: 2,2 g
	Allergének: Feltételezhető:	Allergének: zeller Feltételezhető:	Allergének: zeller Feltételezhető: kén-dioxid, szulfít	Allergének: hal; szezám; Feltételezhető:	Allergének: mustár; zeller Feltételezhető: kén-dioxid, szulfít