

2023. szeptember	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek									
Ebéd	Almaleves glutén-, és tejféherjementesen Pírtott csirkemáj Főtt burgonya Céklasaláta Gluténmentes kenyér	Rizsleves Párolt csirkemell szelet Finomfőzelék glutén-, és tejféherjementesen Gluténmentes kenyér	Zöldségleves Rakott kel glutén-, és tejféherjementesen Banán	Karfiolleves gluténmentesen Lecsós pulykaszelet Párolt barnarizs	Palócleves glutén-, és tejféherjementesen 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: Feltételezhető:	Allergének: Feltételezhető:	Allergének: Feltételezhető:	Allergének: Feltételezhető:	Allergének: Feltételezhető:									

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek									
Ebéd	Erőleves Szárasztésza levesbetét gluténmentesen Sült csirkecomb Petrezselymes burgonya Párolt lilakáposzta	Tarhonyaleves, glutén-, és tojásmentesen Sertésvagdalt glutén-, és tojásmentesen Tökfőzelék glutén-, és tejféherjementesen Alma	Zöldspárga leves glutén-, és tejféherjementesen Rostonsült harcsafilé Párolt köles Fokhagymamártás glutén-, és tejféherjementesen	Zöldborsóleves gluténmentesen Serpényős burgonya szójamentesen virslivel Csemege uborka Gluténmentes kenyér	Hagymaleves glutén-, és tejféherjementesen 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: 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	energia: 538 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: hal Feltételezhető:	Allergének: zeller; mustár Feltételezhető:	Allergének: mustár; kén-dioxid, szulfít; Feltételezhető:									

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek									
Ebéd	Zöldségleves Bolognai spagetti glutén-, tojás-, és tejféherjementesen	Édesburgonya krémleves glutén-, és tejféherjementesen Sült csirkecomb Kukorica-főzelék glutén-, és tejféherjementesen	BrokkolikréMLEVES glutén-, és tejféherjementesen 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 / 2,7 g só: 1,5 g
Allergének: tojás; zeller Feltételezhető:	Allergének: Feltételezhető:	Allergének: zeller; kén-dioxid, szulfít Feltételezhető:	Allergének: zeller; kén-dioxid, szulfít Feltételezhető:	Allergének: zeller; kén-dioxid, szulfít Feltételezhető:	Allergének: zeller Feltételezhető:									

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek									
Ebéd	Paradicsomleves gluténmentesen Temesvári sertésborda glutén-, és tejféherjementesen Tésztaköret glutén-, és tojásmentesen	Lebbencsleves gluténmentesen Párolt halfilé Csöbnsült zöldségtál glutén-, tojás-, és tejféherjementesen Gluténmentes kenyér	Pulykaragu leves Gyümölcsrizs tejféherjementesen Gluténmentes kenyér	Gombaleves gluténmentesen Brassói feltét Pírtott burgonya Uborkasaláta	Rántott leves gluténmentesen Pírtott zsemlekocka gluténmentesen Székelygulyás glutén-, és tejféherjementesen 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: 64 g	fehérje: 20 g cukor: 3 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: zeller Feltételezhető:	Allergének: Feltételezhető:									

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek									
Ebéd	Kelbimbó krémleves, tej-, és gluténmentesen Csirkemell rizottó barnarizzsal, növényi sajttal	Kertész leves rizsliztes süítéssel Sertéspörkölt Burgonyafőzelék, tej-, és gluténmentesen	Csontleves Glutén- és tejbentes töltött káposzta	Glutén- és tejbentes meggyleves Natúr halfilé, gluténmentesen Párolt brokkoli Gluténmentes magvas zsemle	Zöldségleves Mustáros sertésszelet Tésztaköret glutén- és tojásmentesen 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: 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	energia: 495 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:	Allergének: zeller Feltételezhető: kén-dioxid, szulfít	Allergének: hal; szezámmag; Feltételezhető:	Allergének: mustár; zeller Feltételezhető: kén-dioxid, szulfít									