

	<b>hétfő</b> 2021.11.29	<b>kedd</b> 2021.11.30	<b>szerda</b> 2021.12.01	<b>csütörtök</b> 2021.12.02	<b>péntek</b> 2021.12.03
<b>Tízórai</b>	<b>Pizzás kifli,</b>  E: 979(Kj) 234(KCal)F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 25(g)Zsir: 10(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 70(mg)Allergén:Glutén,☐	<b>Kenyér, Delma Light, Paprikás felvágott, Zöldpaprika,</b>  E:1 374(Kj) 329(KCal)F: 6(g)Kol: 0(g)Sz: 27(g)Zsir: 7(g)Cuk: 0(g)Só:1,27(g)Tel.Zs: 2(g)Ca: 23(mg)Allergén:Glutén,☐	<b>Kakaós lakat,</b>  E: 945(Kj) 226(KCal)F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 46(g)Zsir: 1(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 11(mg)Allergén:☐	<b>Fokhagymás-tejfölös kifli,</b>  E:1 054(Kj) 252(KCal)F: 9(g)Kol: 37(g)Sz: 19(g)Zsir: 15(g)Cuk: 2(g)Só:0,68(g)Tel.Zs: 6(g)Ca: 178(mg)Allergén:Glutén,Tej,☐	<b>Kalács, Mini dzsem,</b>  E:1 193(Kj) 285(KCal)F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 54(g)Zsir: 4(g)Cuk: 19(g)Só:0,00(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 30(mg)Allergén:Glutén,Tojás,Diófélék,☐
<b>Ebéd</b>	<b>Gyümölcs leves, Bácskai rizseshús, Csemegeuborka,</b>  E:3 042(Kj) 728(KCal)F: 23(g)Kol: 71(g)Sz: 95(g)Zsir: 26(g)Cuk: 12(g)Só:3,04(g)Tel.Zs: 2(g)Ca: 288(mg)Allergén:Tej,Glutén,Mustár,Kén-dioxid,☐	<b>Tárkonyos sertés raguleves, Húsos rakott penne, Gyümölcs,</b>  E:3 437(Kj) 822(KCal)F: 34(g)Kol:108(g)Sz: 76(g)Zsir: 40(g)Cuk: 1(g)Só:1,47(g)Tel.Zs: 7(g)Ca: 309(mg)Allergén:Mustár,Tej,Glutén,Tojás,Zeller,☐	<b>Lebbencsleves, Sárgaborsó főzelék, Fokhagymás sertéssült,</b>  E:2 481(Kj) 594(KCal)F: 26(g)Kol: 46(g)Sz: 51(g)Zsir: 30(g)Cuk: 0(g)Só:2,50(g)Tel.Zs: 3(g)Ca: 73(mg)Allergén:Glutén,☐	<b>Brokkoli krémleves, Bolognai spagetti,</b>  E:2 645(Kj) 633(KCal)F: 32(g)Kol:111(g)Sz: 66(g)Zsir: 32(g)Cuk: 5(g)Só:2,16(g)Tel.Zs: 14(g)Ca: 279(mg)Allergén:Glutén,Tej,Tojás,Szójabab,Zeller,Halak,☐	<b>rostoslé 0,2 I, Rántott sertésszelet, Burg.püré,</b>  E:2 735(Kj) 654(KCal)F: 22(g)Kol: 98(g)Sz: 92(g)Zsir: 19(g)Cuk: 1(g)Só:2,00(g)Tel.Zs: 2(g)Ca: 189(mg)Allergén:Glutén,Tej,Tojás,☐
<b>Uzsonna</b>	<b>Szerelmes levél,</b>  E:1 099(Kj) 263(KCal)F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 50(g)Zsir: 2(g)Cuk: 2(g)Só:0,01(g)Tel.Zs: 1(g)Ca: 59(mg)Allergén:Glutén,☐	<b>Sajtos rúd,</b>  E: 928(Kj) 222(KCal)F: 4(g)Kol:230(g)Sz: 19(g)Zsir: 14(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 50(mg)Allergén:Glutén,Tojás,Tej,☐	<b>Rozsos zsemle, Sajtkrém, Uborka kígyó,</b>  E: 843(Kj) 202(KCal)F: 29(g)Kol: 18(g)Sz: 31(g)Zsir: 6(g)Cuk: 0(g)Só:1,27(g)Tel.Zs: 1(g)Ca: 114(mg)Allergén:Glutén,☐	<b>Tönköly kocka,</b>  E: 933(Kj) 223(KCal)F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 35(g)Zsir: 4(g)Cuk: 1(g)Só:0,95(g)Tel.Zs: 1(g)Ca: 0(mg)Allergén:Glutén,☐	<b>E: 0(Kj) 0(KCal)F: 0(g)Kol: 0(g)Sz: 0(g)Zsir: 0(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 0(mg)Allergén:☐</b>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Lafisoft program <http://www.lafisoft.hu> V 2.2.1 Tel:77-425-262 lafiSoft@lafisoft.hu

Élelmezésvezető