

## 2019.JANUÁR 21-27

Normál -	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
<b>Ebéd</b>	<p>Zöldségleves Lencsefőzelék /A Sült oldalas</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, tejszín, tojások, zeller</p> <p>energia 1013 kcal szénhidr.65,1 g fehérje 44,7 g cukor 0,4 g zsír 56,6 g só 0,7 g</p>	<p>Paradicsomleves Kagylótészta Sertéspörkölt Ecetes uborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller</p> <p>energia 750 kcal szénhidr. 95,1g fehérje 19,8 g cukor 11,9g zsír 24,5 g só 0,2g</p>	<p>Csirkeleves Daráltészta Vegyes vágott /vödrös/</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 870 kcal szénhidr. 93,9g fehérje 17,3 g cukor 0 g zsír 21,8 g só 0,1 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. H.husleves /A Toros káposzta</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tejszín, tojások</p> <p>energia 752 kcal szénhidr.52,7 g fehérje 16,5 g cukor 1,1g zsír 22 g só 1,3g</p>	<p>Barackiz Palócleves Rizsfelfújt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tejszín, tojások</p> <p>energia 1257 kcal szénhidr.134,7g fehérje 19,5 g cukor 20g zsír 26 g só0,1 g</p>	<p>Főtt tojás Reszelttésztalesves Burgonya 10 dkg Sóskamártás</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tejszín, tojások</p> <p>energia 635 kcal szénhidr. 63,1g fehérje 20,2 g cukor 0g zsír 27,6 g só 0g</p>	<p>Tavaszeleves Pároltrisz Rántott hal Ecetes uborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 1284 kcal szénhidr. 120,8g fehérje 41,8 g cukor: 0g zsír 63,4 g só 0,4g</p>