

## 2019.OKTÓBER 21-27

| Normál -    | HÉTFŐ   | KEDD  | SZERDA   | CSÜTÖRTÖK  | PÉNTEK   | SZOMBAT  | VASÁRNAP   |
|-------------|---|---|--|--|--|--|--|
| <b>Ebéd</b> | <p>Jókai bableves<br/>Vaniliasodó<br/>Aranygaluska</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, tej, zsir</p> <p>energia 956 kcalszénhidr.128,4 g<br/>fehéjje 28,8 gcukor 28,1 g<br/>zsír 33,3 gsó 0,2 g</p> | <p>Vegyes zöldségleves<br/>Sárgaborsófőzelék /A<br/>Lecsókolbász /A</p> <p><i>Allergének:</i>glutén, szójabab, tojások</p> <p>energia 929 kcalszénhidr.68,4g<br/>fehéjje38,8 gcukor 0,1g<br/>zsír 46,9 gsó 3,1g</p> | <p>Csontleves<br/>Spagetti<br/>Vadas /A</p> <p><i>Allergének:</i>glutén, mustár, tej, tojások</p> <p>energia 1125 kcalszénhidr.97,5g<br/>fehéjje 40,8gcukor 2,4g<br/>zsír 35,3gsó 0,4g</p> | <p>Csurgatott tésztaleves<br/>Rakott káposzta/A</p> <p><i>Allergének:</i>glutén, tej, tojások</p> <p>energia 552kcalszénhidr.64,3g<br/>fehéjje 12,4 gcukor 0,3g<br/>zsír 11,3 gsó 0,2g</p> | <p>Köményleves<br/>Tavaszi rizseshus<br/>Káposztasaláta</p> <p><i>Allergének:</i>glutén</p> <p>energia 943kcalszénhidr.109,9g<br/>fehéjje 16,8 gcukor 5,2g<br/>zsír 27,8 gsó0,2g</p> | <p>Karalábéleves<br/>Savanyú<br/>burgonyafőzelék<br/>Ragu</p> <p><i>Allergének:</i>glutén, tojások</p> <p>energia 614 kcalszénhidr.73,6g<br/>fehéjje 12,1 gcukor 0,1g<br/>zsír 25,7 gsó 0,2g</p> | <p>Gombaleves /A<br/>Pároltrizs<br/>Töltöttcsirke /<br/>felsőcomb/<br/>Céklasavanyuság</p> <p><i>Allergének:</i>glutén, tojások</p> <p>energia 977 kcalszénhidr.104,9g<br/>fehéjje 38,1 gcukor:0g<br/>zsír 33,8 gsó 0g</p> |