

Étkezés	Hétfő 12.09	Kedd 12.10	Szerda 12.11	Csütörtök 12.12	Péntek 12.13	Szombat 12.14	Vasárnap 12.15
IF Salátabár / IF	Körte Jégcsapretek hasáb Majonézés burgonyasaláta (3;7;10;12;) EN:446.4kcal ZS:17.8g TZS:2.1g SZH:56.2g CK:10.3g FH:9.5g SÓ:1.0g	Mandarin Savanyú karfiol Uborkasaláta félbarna kenyér (1;) Sajtkrém (7;) EN:217.0kcal ZS:4.5g TZS:2.4g SZH:34.5g CK:5.8g FH:7.9g SÓ:1.4g CA:155.1mg	Alma Paprika Savanyú káposzta (12;) EN:68.0kcal ZS:0.6g SZH:12.1g CK:1.6g FH:2.3g SÓ:1.6g	Hideg ebéd	Mandarin Kígyóborkahasáb Cékla saláta (10;) EN:77.6kcal ZS:0.2g SZH:17.2g CK:3.8g FH:2.7g SÓ:0.8g	Tanítás nélküli munkanap	
IF napi összesítés:	EN: 446.4 kcal; ZS: 17.8 g; TZS: 2.1 g; SZH: 56.2 g; CK: 10.3 g; FH: 9.5 g; SÓ: 1.0 g;	EN: 217.0 kcal; ZS: 4.5 g; TZS: 2.4 g; SZH: 34.5 g; CK: 5.8 g; FH: 7.9 g; SÓ: 1.4 g; CA: 155.1 mg;	EN: 68.0 kcal; ZS: 0.6 g; SZH: 12.1 g; CK: 1.6 g; FH: 2.3 g; SÓ: 1.6 g;		EN: 77.6 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 17.2 g; CK: 3.8 g; FH: 2.7 g; SÓ: 0.8 g;		

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(számított energia; kcal/adag), ZS(zsír;g/adag), TZS(telített zsírsav;g/adag), FH(fehérje;g/adag), SZH(szénhidrát;g/adag), CK(cukor;g/adag), SÓ(só;g/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákfélék; 3-Tojás; 4-Halak; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitek; 13-Csillagfürt; 14-Puhatestűek