

Étkezés / Menü	Hétfő 12.16	Kedd 12.17	Szerda 12.18	Csütörtök 12.19	Péntek 12.20
IF Salátabár / IF	Narancs Kígyóborkahasáb Joghurtos vegyessaláta (7;) EN:66.1kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:12.1g CK:0.6g FH:2.2g SÓ:0.8g CA:12.0mg	Ananászbefőtt Rágórépa Görög saláta félbarna kenyér (1;) Gyrosos húskrém (7;) EN:284.9kcal ZS:10.3g TZS:5.9g SZH:39.8g CK:13.3g FH:7.6g SÓ:0.6g CA:22.5mg	Alma Jégcsapretek hasáb Uborkasaláta EN:69.9kcal ZS:0.5g SZH:13.3g CK:4.0g FH:2.4g SÓ:1.0g	hideg ebéd	tanítás nélküli munkanap
IF napi összesítés:	EN: 66.1 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.2 g; SZH: 12.1 g; CK: 0.6 g; FH: 2.2 g; SÓ: 0.8 g; CA: 12.0 mg;	EN: 284.9 kcal; ZS: 10.3 g; TZS: 5.9 g; SZH: 39.8 g; CK: 13.3 g; FH: 7.6 g; SÓ: 0.6 g; CA: 22.5 mg;	EN: 69.9 kcal; ZS: 0.5 g; SZH: 13.3 g; CK: 4.0 g; FH: 2.4 g; SÓ: 1.0 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-Csillagfűrt; 14-Puhatestűek