

Étkezés / Menü	Hétfő 11.18	Kedd 11.19	Szerda 11.20	Csütörtök 11.21	Péntek 11.22
<b>ALKB ebéd B / ALKB</b>	Csorbaleves s.hússal (lapocka) (1;7;9;)  Grill csirkecomb egész *  Csőbensült brokkoli* (1;3;7;) Paradicsomsaláta/F Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:1391.2kcal ZS:82.7g TZS:31.3g SZH:83.6g CK:20.0g FH:74.8g SÓ:2.0g CA:126.0mg	Orja leves (finom metélt )Alk. (1;)  Sertécsülök Pékné módra (burgonyával) (1;) Kovászos uborka (1;10;) Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:1987.0kcal ZS:136.1g TZS:35.2g SZH:107.1g CK:4.3g FH:72.8g SÓ:3.3g	Palócleves -(lapocka) (1;7;)  Izes bukta(2 db/adag) Alk. (1;3;7;)  Kenyér 0.05 KG (1;6;) Alma /F 0.10 KG EN:1215.8kcal ZS:31.9g TZS:11.8g SZH:179.8g CK:26.6g FH:42.8g SÓ:0.9g CA:108.0mg	Csurgatott tojásleves (rántással) Alk. (1;3;) Hentestokány (sertés lap.) (1;)  Párolt rizsköret Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:1099.6kcal ZS:48.9g TZS:14.4g SZH:122.3g CK:1.6g FH:41.8g SÓ:2.2g	Francia hagymaleves (1;7;) Pírtott kenyér (1;6;)  Bakonyi sertésszelet (1;7;) Tészta köret (durum)(100 g) (1;) Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:1112.6kcal ZS:42.5g TZS:18.2g SZH:133.7g CK:5.9g FH:46.1g SÓ:1.5g CA:51.1mg
<b>ALKB napi összesítés:</b>	EN: 1391.2 kcal; ZS: 82.7 g; TZS: 31.3 g; SZH: 83.6 g; CK: 20.0 g; FH: 74.8 g; SÓ: 2.0 g; CA: 126.0 mg;	EN: 1987.0 kcal; ZS: 136.1 g; TZS: 35.2 g; SZH: 107.1 g; CK: 4.3 g; FH: 72.8 g; SÓ: 3.3 g;	EN: 1215.8 kcal; ZS: 31.9 g; TZS: 11.8 g; SZH: 179.8 g; CK: 26.6 g; FH: 42.8 g; SÓ: 0.9 g; CA: 108.0 mg;	EN: 1099.6 kcal; ZS: 48.9 g; TZS: 14.4 g; SZH: 122.3 g; CK: 1.6 g; FH: 41.8 g; SÓ: 2.2 g;	EN: 1112.6 kcal; ZS: 42.5 g; TZS: 18.2 g; SZH: 133.7 g; CK: 5.9 g; FH: 46.1 g; SÓ: 1.5 g; CA: 51.1 mg;

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-Szezámag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csillagfűrt; 14-Puhatestűek