

## Ételallergiás ebéd

2020. június 1. - 2020. június 7.

Minden felvágott: glutén-, tej- és szójamentes. A kenyerek, péksütemények tejmentesek. Margarin: Liga margarin.

23. hét	Tejfehérje mentes
2020.06.01 Hétfő	<p>Paradicsomleves<sup>(1,9)</sup> Levesbetét<sup>(1)</sup> Sült csirkecomb Sárgarépas rizs</p> <p>energia: 870kcal, zsír: 31,5g, tel.zsír: 4,9g, tel.zsír: 4,9g, fehérje: 56,2g, szénhidrát: 87,8g, só: 2,1g</p>
2020.06.02 Kedd	<p>Minimargarin, Mini lekvár, Telj.kiőrlésű zsemle<sup>(1)</sup>, Rizstej</p> <p>energia: 365kcal, zsír: 8,3g, tel.zsír: 1,9g, tel.zsír: 1,9g, fehérje: 6,1g, szénhidrát: 65,9g, só: 0,1g</p>
	<p>Csirkeragu leves<sup>(9)</sup> Levesbetét<sup>(1)</sup> Metélt tészta<sup>(1)</sup> Mák szórat Gyümölcs</p> <p>energia: 908kcal, zsír: 28,9g, tel.zsír: 4,5g, tel.zsír: 4,5g, fehérje: 31,7g, szénhidrát: 128,4g, só: 1,2g</p>
	<p>Minimargarin, Félbarna kenyér<sup>(1)</sup>, Paprikás szalámi</p> <p>energia: 395kcal, zsír: 14,1g, tel.zsír: 1,5g, tel.zsír: 1,5g, fehérje: 14,4g, szénhidrát: 52,5g, só: 0,2g</p>
2020.06.03 Szerda	<p>Gyümölcs tea, Minimargarin, Telj. kiőrlésű kenyér<sup>(1)</sup>, Felvágott, Zöldség</p> <p>energia: 472kcal, zsír: 14,8g, tel.zsír: 4,5g, tel.zsír: 4,5g, fehérje: 16,1g, szénhidrát: 68,1g, só: 1,2g</p>
	<p>Sütőtök krémleves Pirított zsemlekocka<sup>(1)</sup> Tarhonyás hús<sup>(1)</sup> Cékla saláta</p> <p>energia: 798kcal, zsír: 22,9g, tel.zsír: 3,9g, tel.zsír: 3,9g, fehérje: 34,3g, szénhidrát: 111g, só: 2g</p>
	<p>Félbarna kenyér<sup>(1)</sup>, Minimargarin, Tavasz felvágott</p> <p>energia: 382kcal, zsír: 12,3g, tel.zsír: 3,7g, tel.zsír: 3,7g, fehérje: 14g, szénhidrát: 53,3g, só: 0,9g</p>
2020.06.04 Csütörtök	<p>Tea citromos, Telj. kiőrlésű rozsos kenyér<sup>(1)</sup>, Soproni felvágott, Minimargarin, Zöldség</p> <p>energia: 342kcal, zsír: 6,9g, tel.zsír: 1,6g, tel.zsír: 1,6g, fehérje: 10,3g, szénhidrát: 59,8g, só: 1,1g</p>
	<p>Gyümölcs leves<sup>(1)</sup> Sült csirkemell</p>

1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezám és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfűrt

## Ételallergiás ebéd

2020. június 1. - 2020. június 7.

Minden felvágott: glutén-, tej- és szójamentes. A kenyerek, péksütemények tejmentesek. Margarin: Liga margarin.

	<p>Párolt rizs energia: 632kcal, zsír: 9,5g, tel.zsírsv: 1g, fehérje: 31,4g, szénhidrát: 101,8g, só: 1,3g</p>
	<p>Zsemle<sup>(1)</sup>, Vöröslencse szendvicsskrém energia: 246kcal, zsír: 5,3g, tel.zsírsv: 0,6g, fehérje: 9,4g, szénhidrát: 40,4g, só: 1,1g</p>
<p><b>2020.06.05</b> <b>Péntek</b></p>	<p>Házi húskrém, Zsemle<sup>(1)</sup>, Rizstej energia: 324kcal, zsír: 7,3g, tel.zsírsv: 0,8g, fehérje: 16g, szénhidrát: 48,1g, só: 0,9g</p>
	<p>Magyaros burgonyaleves<sup>(1,9)</sup> Húsos tészta<sup>(1)</sup> Gyümölcs energia: 779kcal, zsír: 24,2g, tel.zsírsv: 1,9g, fehérje: 33,1g, szénhidrát: 104,5g, só: 1,4g</p>
	<p>Telj. kiőrlésű kenyér<sup>(1)</sup>, Minimargarin, Párizsi (sertés) energia: 374kcal, zsír: 14g, tel.zsírsv: 1,6g, fehérje: 14g, szénhidrát: 47g, só: 1g</p>
<p><b>2020.06.06</b> <b>Szombat</b></p>	
<p><b>2020.06.07</b> <b>Vasárnap</b></p>	