

A változtatás jogát fenntartjuk.

		Hétfő október 5.		Kedd október 6.		Szerda október 7.		Csütörtök október 8.		Péntek október 9.										
Ételd		Gombaleves. (A: Glu, Tej, Zel)		Málnakrémleves (A: Glu, Tej)		Tarhonyaleves. (A: Glu, Toj, Zel; FA: Glu, Tej, Szó)		Csilisbab. (A: Glu, Zel; FA: Glu, Tej, Toj, Szó, Zel, Mus)		Sóskafőzelék (A: Glu, Tej)										
		Zöldborsófőzelék. (A: Glu, Zel; FA: Glu, Tej, Szó)		Rántott csirkemell. (A: Glu, Toj, Szó; FA: Tej)		Paradicsomos káposztafőzelék sertéshússal, (A: Glu, Zel; FA: Glu, Tej, Szó)		Félbarna kenyér (A: Glu, Szó)		Daragaluska leves. (A: Glu, Toj, Zel; FA: Glu, Tej, Szó)										
		Párolt csirkemell-filé. (FA: Glu, Tej, Toj, Szó, FMo, Dió, Zel, Mus, Sze)		Párolt sárgarépás rizs (A: Zel; FA: Glu, Tej, Szó)				Alma		Sült csirkecomb. (A: Zel; FA: Glu, Tej, Toj, Szó, FMo, Dió, Zel, Mus, Sze)										
				Uborkasaláta						Főtt burgonya.										
	E:	663	F:	44,9	E:	1.066	F:	48,4	E:	669	F:	36,3	E:	935	F:	43,9	E:	915	F:	46,5
	Zs:	24,5	Sz:	59,4	Zs:	29,0	Sz:	148,5	Zs:	15,9	Sz:	90,9	Zs:	24,9	Sz:	129,3	Zs:	33,3	Sz:	102,2
	Tzs:	0,0	C:	6,6	Tzs:	0,3	C:	26,0	Tzs:	0,0	C:	13,9	Tzs:	0,7	C:	32,2	Tzs:	0,0	C:	11,0
	S:	6,19	Ca:	163	S:	4,13	Ca:	107	S:	4,83	Ca:	177	S:	1,04	Ca:	116	S:	7,28	Ca:	437

E: energia (kcal), Teljes tápanyagtartalom: F: fehérje (g), Zs: zsír (g), Tzs: telített zsírsavak (g), Sz: szénhidrát (g), C: cukor (g), S: só (g), Ca: kalcium (mg).

Allergének jelölései: Glu: glutén; Tej: tejtermék (laktóz); Toj: tojás; Szó: szója; FMo: földimogyoró; Dió: diófélék; Zel: zeller; Mus: mustár; Sze: szezám

.....
 ételmezésvezető