

<i>Felnőtt</i> (19-69 év)	<i>Hétfő</i> 2023.10.02.	<i>Kedd</i> 2023.10.03.	<i>Szerda</i> 2023.10.04.	<i>Csütörtök</i> 2023.10.05.	<i>Péntek</i> 2023.10.06.
<i>Ebéd</i>	-Szárzabableves (Z, G) -paprikás burgonya virslivel -savanyú uborka	-Zöldségleves (Z, G) -vadas pulykacomb -Tésztaköret (G, T)	-Meggyleves (L, G) -Rántott csirkemell (G, T) -Kukoricás rizs -savanyú uborka	-Magyaros burgonyaleves (G) -Rakott karfiol (L)	-pergelt tészta leves (G, T) -Fasírt (T) -finom főzelék
	E:9 616,0, ZS:35,4, T:0,0, F:553,2, CH:1 469,9, C:0,4	E:582,0, ZS:20,3, T:0,0, F:17,0, CH:79,2, C:0,3	E:854,0, ZS:18,7, T:2,6, F:47,8, CH:119,6, C:2,5	E:917,0, ZS:63,1, T:4,4, F:24,0, CH:64,7, C:9,2	E:44,0, ZS:2,7, T:0,0, F:3,3, CH:1,5, C:0,0
<i>Összesen</i>	E:9 616,0, ZS:35,4, T:0,0, F:553,2, CH:1 469,9, C:0,4	E:582,0, ZS:20,3, T:0,0, F:17,0, CH:79,2, C:0,3	E:854,0, ZS:18,7, T:2,6, F:47,8, CH:119,6, C:2,5	E:917,0, ZS:63,1, T:4,4, F:24,0, CH:64,7, C:9,2	E:44,0, ZS:2,7, T:0,0, F:3,3, CH:1,5, C:0,0

**Jelmagyarázat:**

S: só (g)
ZS: zsír (g)
F: fehérje (g)
C: cukor (g)

E: energia (kcal)
T: telített zsírsav (g)
CH: szénhidrát (g)
Ca: kalcium (mg)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák
L: laktóz, tej, tejtermékek
T: tojás, fehérje
F: földimogyoró

Z: zeller
R: rákfélék
H: halak
O: szója

D: diófélék, mandula, pisztácia
M: mustár
S: szezám
K: szulfitok, kéndioxid

C: csillagfűrt
P: puhatestűek