

|                                              |                                                                                                                                                                              |  |  |  |  |  |  |  |  |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |  |  |  |  |  |  |  |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|----------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Mamas-Food KFT Sajószentpéter Kossuth L. 99. |                                                                                                                                                                              |  |  |  |  |  |  |  |  | Étlap |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |  |  |  |  |  |  | Repeta Win Szoftver |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |  |  |  |  |  |  |  | 46.hét |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ÁLT.I.(11-14)-A                              |                                                                                                                                                                              |  |  |  |  |  |  |  |  |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |  |  |  |  |  |  |  |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| HÉTFŐ                                        |                                                                                                                                                                              |  |  |  |  |  |  |  |  | KEDD  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |  | SZERDA                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |  |  |  |  |  |  | CSÜTÖRTÖK           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |  |  |  |  |  |  |  | PÉNTEK |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| T                                            | Tej(2)<br>Kal: 88 F: 6g Zs: 3g Szh: 9g So:0,2g Tzs:2,0g C:0,0g<br>Lekvárostáska(1)<br>Kal:206 F: 4g Zs:10g Szh:31g So:0,1g Tzs:4,7g C:9,9g                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |       | Tea csipkebogyós<br>Kal: 83 F: 0g Zs: 0g Szh:20g So:0,0g Tzs:0,0g C: 20g<br>Sonka-pizza(8)<br>Kal: 31 F: 5g Zs: 1g Szh: 0g So:0,5g Tzs:0,5g C:0,0g<br>Margarin<br>Kal: 35 F: 0g Zs: 4g Szh: 0g So:0,1g Tzs:1,1g C:0,1g<br>Kenyér-korpás(1-8)<br>Kal:158 F: 6g Zs: 1g Szh:30g So:1,0g Tzs:0,1g C:0,6g                  |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                  | Tejeskávé(2)<br>Kal:177 F: 6g Zs: 3g Szh:30g So:0,2g Tzs:2,0g C: 20g<br>Sajtos stangli(1-2-3)<br>Kal:231 F: 5g Zs:12g Szh:26g So:1,3g Tzs:0,0g C:0,0g                                                                                                                                                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |                     | Tea gyümölcsös<br>Kal: 83 F: 0g Zs: 0g Szh:20g So:0,0g Tzs:0,0g C: 20g<br>Kenőmájás-sertés(8)<br>Kal: 49 F: 2g Zs: 4g Szh: 0g So:0,4g Tzs:2,0g C:0,0g<br>Paradicsom<br>Kal: 5 F: 0g Zs: 0g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g<br>Kenyér-korpás(1-8)<br>Kal:158 F: 6g Zs: 1g Szh:30g So:1,0g Tzs:0,1g C:0,6g |  |  |  |  |  |  |  |  |        | Tea csipkebogyós<br>Kal: 83 F: 0g Zs: 0g Szh:20g So:0,0g Tzs:0,0g C: 20g<br>Körözött tehétúróból(2)<br>Kal: 39 F: 3g Zs: 2g Szh: 1g So:0,0g Tzs:1,1g C:0,0g<br>Lilahagyma<br>Kal: 7 F: 0g Zs: 0g Szh: 2g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g<br>Kenyér-korpás(1-8)<br>Kal:158 F: 6g Zs: 1g Szh:30g So:1,0g Tzs:0,1g C:0,6g |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                              | g                                                                                                                                                                            |  |  |  |  |  |  |  |  |       | g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                  | g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |                     | g                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |  |  |  |  |  |  |  |        | g                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                              | Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk<br>294 10 13 41 0,3 7 9,9                                                                                                                           |  |  |  |  |  |  |  |  |       | Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk<br>308 11 6 50 1,5 2 21                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                  | Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk<br>408 11 15 56 1,5 2 20                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |                     | Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk<br>295 8 5 51 1,4 2 21                                                                                                                                                                                                                                                          |  |  |  |  |  |  |  |  |        | Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk<br>288 9 3 52 1,0 1 21                                                                                                                                                                                                                                                                |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| E                                            | Karfiollevés-zöldséges(1-3)<br>Kal: 69 F: 3g Zs: 1g Szh:12g So:0,6g Tzs:0,0g C:0,2g<br>Csirkés-spenótos penne a(1-2)<br>Kal:610 F:35g Zs:23g Szh:60g So:0,8g Tzs:9,0g C:0,7g |  |  |  |  |  |  |  |  |       | Póréhagymakrémleves(1-2)<br>Kal:205 F: 3g Zs:15g Szh:14g So:2,0g Tzs:3,4g C:0,5g<br>Zsemlekočka(1-2)<br>Kal: 70 F: 2g Zs: 0g Szh:15g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g<br>Budapest s.ragu(1)<br>Kal:245 F:18g Zs:16g Szh: 6g So:0,1g Tzs:3,2g C:0,0g<br>Burgonyapüré(2)<br>Kal:277 F: 5g Zs: 8g Szh:36g So:0,1g Tzs:2,4g C:0,0g |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                  | Magyaros zellerleves(4-1-3)<br>Kal:113 F: 3g Zs: 5g Szh:13g So:0,6g Tzs:0,6g C:0,3g<br>Rántott halfilé(1-3-6)<br>Kal:483 F:19g Zs:12g Szh:33g So:0,5g Tzs:3,2g C:0,0g<br>Párolt rizs<br>Kal:325 F: 5g Zs: 9g Szh:55g So:0,0g Tzs:0,8g C:0,0g<br>Sajtmártás(2-1)<br>Kal:225 F:10g Zs:15g Szh:13g So:0,4g Tzs:6,5g C:0,0g |  |  |  |  |  |  |  |  |                     | Jókai bableves(1-2)<br>Kal:453 F:27g Zs:23g Szh:32g So:1,2g Tzs:6,9g C:0,1g<br>Kenyér-húsosleveshez(1-8)<br>Kal:132 F: 5g Zs: 1g Szh:25g So:0,8g Tzs:0,1g C:0,5g<br>Dejós-metélt(1-3)<br>Kal:446 F:12g Zs: 4g Szh:76g So:0,1g Tzs:0,6g C: 23g                                                            |  |  |  |  |  |  |  |  |        | Lebbencsleves(1-3)<br>Kal:159 F: 3g Zs: 7g Szh:18g So:0,7g Tzs:1,3g C:0,2g<br>Zöldséges rakottas a(2-1)<br>Kal:499 F:22g Zs:30g Szh:32g So:0,3g Tzs:5,1g C:0,0g<br>Sütemény a(1)<br>Kal:289 F: 3g Zs:15g Szh:35g So:0,0g Tzs:9,2g C: 13g                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                              | g                                                                                                                                                                            |  |  |  |  |  |  |  |  |       | g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                  | g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |                     | g                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |  |  |  |  |  |  |  |        | g                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                              | Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk<br>678 38 0 73 1,4 9 0,9                                                                                                                            |  |  |  |  |  |  |  |  |       | Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk<br>798 28 39 71 2,3 9 0,5                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                  | Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk<br>1146 37 40 113 1,5 11 0,3                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |                     | Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk<br>1031 44 27 132 2,2 8 23                                                                                                                                                                                                                                                      |  |  |  |  |  |  |  |  |        | Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk<br>948 28 52 86 1,0 16 13                                                                                                                                                                                                                                                             |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| u                                            |                                                                                                                                                                              |  |  |  |  |  |  |  |  |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |  |  |  |  |  |  |  |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                              |                                                                                                                                                                              |  |  |  |  |  |  |  |  |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |  |  |  |  |  |  |  |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                              |                                                                                                                                                                              |  |  |  |  |  |  |  |  |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |  |  |  |  |  |  |  |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| g                                            |                                                                                                                                                                              |  |  |  |  |  |  |  |  |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |  |  |  |  |  |  |  |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |  |  |  |  |  |  |  |                                                                                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket !

\* T.Zs = Telített zsírsav      A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk ! \* jelölt étel édesítőt tartalmaz

Glutén (1) ; Tej (2) ; Tojás (3) Zeller (4) Szezámmag (5) Hal (6) Mogoró (7) Búzaja (8) Dióféle (9) ; Mustár (10) ; SO2-Szulfit (11) ; Rákféle (12) ; Csillagfűrt (13) ; Puhatestűek (14)

Élelmezésvezető:.....