

Étkezések	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
<b>REGGELI</b>	Gyümölcs tea Tonhalkrém Tk.kenyér 8 dkg Reszelt retek	Gyümölcs tea Sonkaszalámi Tk.zsemle 8 dkg Reszelt sárgarépa	Gyümölcs tea Krinolin Tk.kifli 8 dkg Reszelt retek	Gyümölcs tea Zala felvágott Tk.kenyér 8 dkg Reszelt sárgarépa	Gyümölcs tea Kefíres túró Tk.zsemle 8 dkg Reszelt retek	Gyümölcs tea Reszelt sajt Tk.kifli 8 dkg Reszelt sárgarépa	Gyümölcs tea Májusi csemege Tk.kenyér 8 dkg Reszelt retek
<b>TÍZÓRAI</b>	Alma 15 dkg Kölesgolyó 1,5 dkg	Van. túrókrém (házi) Diab keksz 3 dkg	Mandarin 20 dkg	Kefir 2 dl Sós keksz 1,5 dkg	Sült tök (15 dkg a bél súlya)	Joghurt 2 dl Korp.keksz 1,5 dkg	Alma 15 dkg Abonett 1,5 dkg
<b>EBÉD</b>	Húsleves (sok zöldséggel) Főtt sertéshús Vadasmártás (mustár 0) Főtt tészta (6 dkg)	Lebbencsleves (hagyma 0) Fasírt (hagyma 0) (sütőben) Finomfőzelék- püré (joghurttal és átpasszírozva)	Őszibarack leves (joghurt) Rántott cs.mell (sütőben) Karottás rizs (6 dkg rizsből) Cékla saláta (c.lé)	Becsinált leves (joghurt) Ízes piskótatekeres (4 dkg lisztből)	Csontleves (sok zöldséggel) Húsgombóc Paradicsom mártás Tört burgonya (15 dkg)	Töklevés (joghurt) Sajtos-brokkolis natúrselet Bulgur (6 dkg) Cékla saláta (c.lé)	Kertészleves Sült csirkecomb (bőr 0) Tört burgonya (20 dkg) Fejes saláta (c.lé)
<b>UZSONNA</b>	Kefir 2 dl Sajtos tallér 1,5 dkg	Körtekompót (15 dkg gyüm-ből)	Joghurt 2 dl Kifli ½ db	Mandarin 20 dkg	Van. túrókrém (házi) Diab keksz 3 dkg	Alma 15 dkg Krék.keksz 1,5 dkg	Kefir 2 dl Kölesgolyó 1,5 dkg
<b>VACSORA</b>	Gyümölcs tea Roston sült csirkemell Tk.kenyér 8 dkg Cékla saláta (c.lé)	Gyümölcs tea Kockasajt Tk.kenyér 8 dkg Reszelt retek	Gyümölcs tea Húskrém Tk.kenyér 8 dkg Reszelt sárgarépa	Gyümölcs tea Párolt csirkemell Párolt rizs (6 dkg) Párolt brokkoli	Gyümölcs tea Főtt virsli Tk.zsemle 8 dkg Cékla saláta (c.lé)	Gyümölcs tea Párizsi Tk.kenyér 8 dkg Reszelt retek	Gyümölcs tea Mozzarella Tk.kenyér 8 dkg Reszelt sárgarépa
<b>pót V</b>	Korp.keksz 1,5 dkg	Sós keksz 1,5 dkg	Sajtos tallér 2 dkg	Abonett 1,5 dkg	Kölesgolyó 1,5 dkg	Krék. keksz 1,5 dkg	Abonett 1,5 dkg

A VÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

Szalayné Kónya Zsuzsa  
dietetikus

Ételkészítéshez joghurt, vagy kefir – mindegy (de nincs tejfől, tejszín, és tej)

**A mesterséges édesítő cseppfolyós, vagy tableta alakú legyen a SÜTIBEN is !!!**