

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Erdei gyümölcs tea Olasz felvágott margarin vizes zsemle (1)	Tej (7) Szezámagos kifli (1;5;8;11;13)	Citromos tea Barack lekvár vizes zsemle (1)	Kakaó (7) Briós (1;3;6;7)	Erdei gyümölcs tea Trappista sajt (7) margarin teljeskiőrlésű kenyér (1)
EN:275 ZS:10,2 TZS:2,1 FH:7,5 SZH:36,9 CK:10,0 SO:0,5	EN:66 ZS:2,2 TZS:1,5 FH:4,4 SZH:7,0 CK: SO:0,2	EN:246 ZS:4,2 TZS: FH:5,1 SZH:45,0 CK:17,2 SO:	EN:288 ZS:7,5 TZS:1,6 FH:11,2 SZH:45,5 CK:21,7 SO:0,5	EN:297 ZS:11,0 TZS:6,1 FH:12,4 SZH:35,8 CK:10,5 SO:0,5
Alföldi gulyás leves (1;3;9;12) Tejberizs (7) Kakaó szórát alma teljeskiőrlésű kenyér (ebédhez) (1)	Erőleves (9;12) Levesbetét tészta (1;3) Panírozott dino szelet (1;3;6;7;9;10;11) Fejtett babfőzelék (1;7;12) fehér kenyér (1)	Sárgaborsóleves (1) Bolognai spagetti sertés (1) Reszelt sajt (1;7) fehér kenyér (1)	Zöldséges tarhonyaleves (1;3) Sertés vagdalt (1;3;5;6;7;8;11;13) Tökfőzelék (1;7;12) teljeskiőrlésű kenyér (ebédhez) (1)	Zellerkrémleves (1;7;9) Pírtott zsemlekocta (1) Paprikás burgonya virslivel (1;3;12) Savanyú káposzta fehér kenyér (1)
EN:584 ZS:9,9 TZS:1,1 FH:19,0 SZH:103,4 CK:40,2 SO:1,5	EN:581 ZS:23,8 TZS:4,6 FH:23,9 SZH:59,7 CK:5,1 SO:3,0	EN:836 ZS:29,1 TZS:10,5 FH:49,8 SZH:91,1 CK:7,6 SO:3,6	EN:827 ZS:43,4 TZS:8,0 FH:26,2 SZH:80,9 CK:6,6 SO:2,6	EN:495 ZS:16,7 TZS:4,6 FH:15,3 SZH:65,2 CK:1,6 SO:3,0
Natúr sajtkrém (7) teljeskiőrlésű kenyér (1) Paprika	Szerencse felvágott (6;10) margarin teljeskiőrlésű kenyér (1) Rágórépa	Kenőmájas (sertés) teljeskiőrlésű kenyér (1) Hónapos retek	Tojáskrém (3;7) fehér kenyér (1) Kígyóuborka	Vajas croissant (1;3;6;7;8;10;11) Kivi gyümölcs
EN:136 ZS:2,3 TZS:1,2 FH:4,9 SZH:22,8 CK:1,1 SO:0,2	EN:272 ZS:5,0 TZS:1,5 FH:10,8 SZH:44,4 CK:0,8 SO:0,5	EN:150 ZS:4,1 TZS:1,7 FH:5,7 SZH:21,5 CK:0,6 SO:0,5	EN:141 ZS:4,0 TZS:1,8 FH:6,0 SZH:19,9 CK:0,2 SO:0,6	EN:244 ZS:10,0 TZS:5,5 FH:4,0 SZH:32,8 CK:0,8 SO:0,8

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)
Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákkfélek; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztaia); 9 - Zeller; 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Erdei gyümölcs tea Olasz felvágott margarin vizes zsemle (1)	Poharas tej (7) Szezámagos kifli (1;5;8;11;13)	Citromos tea Barack lekvár vizes zsemle (1)	Poharas kakaó (7) Briós (1;3;6;7)	Erdei gyümölcs tea Trappista sajt (7) margarin teljeskiőrlésű kenyér (1)
EN:316 ZS:13,2 TZS:3,2 FH:8,7 SZH:39,1 CK:12,0 SO:0,8	EN:92 ZS:3,0 TZS: FH:6,6 SZH:10,0 CK:10,0 SO:0,2	EN:282 ZS:4,2 TZS: FH:5,1 SZH:53,8 CK:25,3 SO:	EN:298 ZS:8,3 TZS:4,5 FH:11,4 SZH:44,6 CK:20,9 SO:0,4	EN:376 ZS:14,9 TZS:8,2 FH:15,9 SZH:43,0 CK:12,6 SO:0,6
Alföldi gulyás leves (1;3;9;12) Tejberizs (7) Kakaó szórát alma teljeskiőrlésű kenyér (1;5;6;7;8;10;11)	Erőleves (9;12) Levesbetét tészta (1;3) Panírozott dino szelet (1;3;6;7;9;10;11) Fejtett babfőzelék (1;7;12) fehér kenyér (1)	Sárgaborsóleves (1) Bolognai spagetti sertés (1) Reszelt sajt (1;7) fehér kenyér (1)	Zöldséges tarhonyaleves (1;3) Sertés vagdalt (1;3;5;6;7;8;11;13) Tökfőzelék (1;7;12) teljeskiőrlésű kenyér (ebédhez) (1)	Zellerkrémleves (1;7;9) Pírtott zsemlekočka (1) Paprikás burgonya virslivel (1;3;12) Savanyú káposzta fehér kenyér (1)
EN:873 ZS:13,2 TZS:1,5 FH:29,6 SZH:155,6 CK:42,6 SO:1,8	EN:778 ZS:27,8 TZS:5,8 FH:30,9 SZH:92,1 CK:5,5 SO:4,9	EN:1074 ZS:35,0 TZS:12,4 FH:63,2 SZH:123,2 CK:10,2 SO:4,7	EN:937 ZS:49,3 TZS:9,3 FH:30,1 SZH:90,9 CK:7,6 SO:3,3	EN:692 ZS:20,7 TZS:5,7 FH:21,3 SZH:97,0 CK:2,0 SO:3,8
Natúr sajtkrém (7) teljeskiőrlésű kenyér (1;5;6;7;8;10;11) Paprika	Szerencse felvágott (6;10) margarin teljeskiőrlésű kenyér (1;5;6;7;8;10;11) Rágórépa	Kenőmájas (sertés) teljeskiőrlésű kenyér (1) Hónapos retek	Tojáskrém (3;7) fehér kenyér (1) Kígyóuborka	Vajas croissant (1;3;6;7;8;10;11) Kivi gyümölcs
EN:281 ZS:3,5 TZS:1,7 FH:10,3 SZH:49,9 CK:1,8 SO:0,3	EN:489 ZS:7,8 TZS:2,3 FH:19,2 SZH:82,5 CK:1,4 SO:0,8	EN:198 ZS:6,1 TZS:2,6 FH:7,6 SZH:27,1 CK:0,8 SO:0,7	EN:211 ZS:8,2 TZS:4,3 FH:8,0 SZH:25,7 CK:0,4 SO:0,8	EN:296 ZS:10,0 TZS:5,5 FH:5,0 SZH:44,1 CK:0,8 SO:0,8

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), **ZS** (zsír; g/adag), **TZS** (telített zsírsav; g/adag), **FH** (fehérje; g/adag), **SZH** (szénhidrát; g/adag), **CK** (cukor; g/adag), **SÓ** (só; g/adag)
 Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákkfélek; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

Reggeli

Ebéd

Vacsora

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Reggeli	Erdei gyümölcs tea Olasz felvágott margarin vizes zsemle (1) Kígyóborka	Tej (7) Kenőmájas (sertés) Szezámagos kifli (1;5;8;11;13) Paprika	Citromos tea Szerencse felvágott (6;10) margarin Teljeskiőrlésű zsemle (1;6) Hónapos retek	Kakaó (7) Briós (1;3;6;7) margarin Barack lekvár	Erdei gyümölcs tea Trappista sajt (7) margarin Teljeskiőrlésű kifli (1) Paradicsom
	EN:519 ZS:19,6 TZS:3,9 FH:15,6 SZH:67,8 CK:13,0 SO:1,0	EN:216 ZS:11,2 TZS:5,8 FH:11,7 SZH:16,3 CK:0,5 SO:1,1	EN:446 ZS:10,1 TZS:2,9 FH:17,0 SZH:73,5 CK:11,4 SO:2,5	EN:608 ZS:16,5 TZS:4,4 FH:17,3 SZH:99,6 CK:49,2 SO:1,0	EN:532 ZS:19,8 TZS:10,7 FH:21,4 SZH:63,1 CK:13,2 SO:1,9
Ebéd	Alföldi gulyás leves (1;3;9;12) Tejberizs (7) Kakaó szórát alma teljeskiőrlésű kenyér (ebédhez) (1)	Erőleves (9;12) Levesbetét tészta (1;3) Hentes sertés tokány (1;9;10) Bulgur köret (1) fehér kenyér (1)	Sárgaborsóleves (1) Bolognai spagetti sertés (1) Reszelt sajt (1;7) fehér kenyér (1)	Zöldséges tarhonyaleves (1;3) Sertés vagdalt (1;3;5;6;7;8;11;13) Tökfőzelék (1;7;12) teljeskiőrlésű kenyér (ebédhez) (1)	Zellerkrémleves (1;7;9) Pírtott zsemlekočka (1) Paprikás burgonya virslivel (1;3;12) Savanyú káposzta fehér kenyér (1)
	EN:771 ZS:13,9 TZS:1,6 FH:25,7 SZH:133,6 CK:45,8 SO:2,0	EN:865 ZS:19,3 TZS:6,0 FH:42,0 SZH:126,6 CK:12,7 SO:5,9	EN:1200 ZS:37,4 TZS:13,1 FH:69,9 SZH:142,0 CK:11,5 SO:5,5	EN:964 ZS:48,9 TZS:9,8 FH:32,9 SZH:95,8 CK:8,4 SO:3,7	EN:791 ZS:24,0 TZS:6,9 FH:25,0 SZH:109,8 CK:2,0 SO:4,7
Vacsora	Rakott karfiol (csirkehússal) (7) teljeskiőrlésű kenyér (1;5;6;7;8;10;11)	Sajtós csirkecomb (1;3;7) Hagymás tört burgonya (12) Cékla saláta (10) * teljeskiőrlésű kenyér (1;5;6;7;8;10;11)	Csirke gyros Sült burgonya (12) Gyros saláta Tzatziki (7)	Kenyerlángos (1;6;7;12) Kivi gyümölcs	
	EN:726 ZS:16,5 TZS:4,4 FH:36,7 SZH:102,0 CK:2,3 SO:0,3	EN:980 ZS:22,1 TZS:7,1 FH:40,3 SZH:146,2 CK:7,0 SO:3,7	EN:498 ZS:17,4 TZS:2,9 FH:27,5 SZH:50,6 CK:0,9 SO:2,4	EN:892 ZS:49,4 TZS:15,4 FH:20,0 SZH:86,9 CK:2,4 SO:1,4	EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SO:

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:
EN (számított energia; kcal/adag), **ZS** (zsír; g/adag), **TZS** (telített zsírsav; g/adag), **FH** (fehérje; g/adag), **SZH** (szénhidrát; g/adag), **CK** (cukor; g/adag), **SÓ** (só; g/adag)
 Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákkfélek; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;
 10 - Mustár; 11 - Szezám; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfűrt; 14 - Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.