

	Hétfő 03.24	Kedd 03.25	Szerda 03.26	Csütörtök 03.27	Péntek 03.28
Tízórai	Kakaó (7;) EN:97.5kcal ZS:3.2g TZS:0.1g SZH:10.6g CK:10.5g FH:6.8g SÓ:0.2g CA:240.0mg Baromfi párizsi EN:81.2kcal ZS:6.8g TZS:2.4g SZH:0.6g CK:0.2g FH:4.4g SÓ:0.8g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Zsemle (1;) EN:153.3kcal ZS:0.7g TZS:0.0g SZH:31.0g CK:0.9g FH:4.8g	Gyümölcs tea (12;) EN:48.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:12.0g CK:12.0g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Edami sajt (7;) EN:158.0kcal ZS:11.8g TZS:8.0g FH:13.0g SÓ:0.4g CA:400.0mg Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g Paprika EN:15.0kcal ZS:0.1g SZH:2.4g FH:0.7g	Hideg tej (7;) EN:78.2kcal ZS:2.5g SZH:8.5g CK:8.5g FH:5.6g SÓ:0.2g CA:204.0mg Csemege szalámi EN:226.8kcal ZS:21.6g TZS:8.8g SZH:1.4g CK:0.2g FH:7.2g SÓ:1.6g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;) EN:153.7kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:31.2g CK:0.7g FH:5.9g SÓ:0.8g Lilakáposzta EN:16.0kcal ZS:0.1g SZH:2.9g FH:0.8g SÓ:0.0g	Gyümölcs tea (12;) EN:48.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:12.0g CK:12.0g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Sajtos croissant (1;3;7;) EN:270.8kcal ZS:13.6g TZS:7.5g SZH:31.1g CK:3.8g FH:5.4g SÓ:0.5g	Citromos tea EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Szendvics sonka EN:49.6kcal ZS:2.2g TZS:1.0g SZH:1.6g CK:0.8g FH:6.0g SÓ:1.0g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g Kígyóborka EN:6.0kcal ZS:0.1g SZH:0.9g FH:0.5g
Ebéd A	Kertészleves (1;) EN:94.1kcal ZS:3.0g TZS:0.4g SZH:12.9g CK:2.1g FH:3.2g SÓ:0.7g Főtt tojás (3;) EN:81.2kcal ZS:5.8g TZS:1.7g FH:7.0g Sóska mártás (1;7;) EN:113.8kcal ZS:1.5g TZS:0.3g SZH:19.5g CK:5.3g FH:4.6g SÓ:9.9g CA:72.0mg Főtt burgonya 1/2 (12;) EN:122.2kcal ZS:0.3g SZH:23.9g FH:3.3g SÓ:1.0g Banán EN:84.0kcal SZH:19.4g FH:1.0g	Brokkoli krémleves (1;7;) EN:139.5kcal ZS:5.6g TZS:0.1g SZH:16.5g CK:1.5g FH:5.4g SÓ:0.6g CA:0.0mg Levesgyöngy (1;3;7;) EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g Milánói spagetti sertés (1;) EN:972.8kcal ZS:43.2g TZS:15.9g SZH:105.1g CK:29.2g FH:41.2g SÓ:2.0g CA:0.0mg Reszelt sajt (7;) EN:69.4kcal ZS:5.4g TZS:3.4g FH:5.2g SÓ:0.3g CA:160.0mg	Sárgabarackleves (1;7;) EN:298.1kcal ZS:4.3g TZS:0.1g SZH:62.0g CK:47.8g FH:3.4g SÓ:0.0g CA:0.0mg Egyben sertésvagdalt (1;3;) EN:215.3kcal ZS:12.7g TZS:4.4g SZH:11.9g CK:0.0g FH:13.0g SÓ:1.1g CA:0.0mg Tökfőzelék (1;7;) EN:333.4kcal ZS:16.8g TZS:1.3g SZH:41.1g CK:20.7g FH:4.2g SÓ:0.9g	Sertésraguleves (1;7;) EN:284.4kcal ZS:21.8g TZS:4.5g SZH:10.1g CK:2.9g FH:11.7g SÓ:2.6g CA:0.0mg Piskóta kocka (1;3;) EN:143.3kcal ZS:1.9g TZS:0.0g SZH:26.7g CK:11.7g FH:2.3g SÓ:0.2g Csokiöntet (1;7;) EN:145.1kcal ZS:3.6g TZS:0.4g SZH:19.6g CK:10.8g FH:8.3g SÓ:0.2g CA:240.0mg Mandarin EN:49.5kcal SZH:10.8g FH:0.8g	Magyaros karfiolleves (1;3;) EN:201.4kcal ZS:13.1g TZS:1.6g SZH:15.6g CK:0.0g FH:4.7g SÓ:1.0g CA:0.0mg Rántott csirkemell (1;) EN:668.0kcal ZS:55.0g TZS:6.0g SZH:26.0g CK:1.0g FH:16.9g SÓ:2.1g Burgonyapüré (7;12;) EN:357.9kcal ZS:10.3g TZS:4.0g SZH:50.2g CK:9.7g FH:11.9g SÓ:1.0g CA:232.7mg Mongol saláta (10;) EN:19.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:1.4g FH:1.8g SÓ:0.7g
Ebéd B	Kertészleves (1;) EN:94.1kcal ZS:3.0g TZS:0.4g SZH:12.9g CK:2.1g FH:3.2g SÓ:0.7g Főtt virsli P EN:137.0kcal ZS:12.5g TZS:3.9g FH:6.5g SÓ:1.1g Serpenyős burgonya (12;) EN:360.0kcal ZS:11.1g TZS:1.6g SZH:51.9g CK:0.0g FH:7.4g SÓ:1.4g CA:0.0mg Cékla saláta (10;) EN:34.0kcal ZS:0.2g SZH:8.5g CK:4.1g FH:1.4g SÓ:0.9g Félbarna kenyér (1;) EN:74.4kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:15.6g CK:0.0g FH:2.0g SÓ:0.3g Banán EN:84.0kcal SZH:19.4g FH:1.0g	Brokkoli krémleves (1;7;) EN:139.5kcal ZS:5.6g TZS:0.1g SZH:16.5g CK:1.5g FH:5.4g SÓ:0.6g CA:0.0mg Levesgyöngy (1;3;7;) EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g Pulykatokány (1;) EN:162.8kcal ZS:8.6g TZS:1.4g SZH:8.4g CK:0.0g FH:12.6g SÓ:1.9g Párolt rizs fél adag EN:214.4kcal ZS:4.8g TZS:0.6g SZH:38.8g FH:4.7g SÓ:1.0g Párolt zöldségköret fél adag EN:116.5kcal ZS:2.8g TZS:0.3g SZH:18.9g CK:5.5g FH:4.2g SÓ:0.7g	Sárgabarackleves (1;7;) EN:298.1kcal ZS:4.3g TZS:0.1g SZH:62.0g CK:47.8g FH:3.4g SÓ:0.0g CA:0.0mg Sült csirkecomb filé EN:222.5kcal ZS:7.9g TZS:2.5g SZH:0.0g CK:0.0g FH:35.1g SÓ:3.3g CA:0.0mg Petrezselymes burgonya (12;) EN:510.2kcal ZS:30.2g TZS:3.3g SZH:46.9g CK:0.1g FH:7.0g SÓ:1.0g Csemege uborka (10;12;) EN:9.4kcal ZS:0.1g SZH:1.5g CK:0.3g FH:0.7g SÓ:1.4g	Sertésraguleves (1;7;) EN:284.4kcal ZS:21.8g TZS:4.5g SZH:10.1g CK:2.9g FH:11.7g SÓ:2.6g CA:0.0mg Káposztás nudli (1;3;) EN:305.4kcal ZS:10.1g TZS:1.0g SZH:36.2g CK:5.0g FH:5.9g SÓ:2.3g Mandarin EN:49.5kcal SZH:10.8g FH:0.8g	Magyaros karfiolleves (1;3;) EN:201.4kcal ZS:13.1g TZS:1.6g SZH:15.6g CK:0.0g FH:4.7g SÓ:1.0g CA:0.0mg Panírozott halpárna (1;4;) EN:337.4kcal ZS:19.3g TZS:2.2g SZH:25.7g CK:0.9g FH:14.5g SÓ:2.0g Párolt rizs köret EN:387.5kcal ZS:4.9g TZS:0.6g SZH:77.5g FH:9.3g SÓ:1.0g Tartármártás (3;7;10;) EN:152.9kcal ZS:12.8g TZS:1.1g SZH:7.6g CK:6.6g FH:0.9g SÓ:1.4g CA:0.0mg

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kcal/adag); ZS(zsír: g/adag); TZS(telített zsírsav: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); CK(cukor: g/adag); FH(fehérje: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/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.

	Hétfő 03.24	Kedd 03.25	Szerda 03.26	Csütörtök 03.27	Péntek 03.28
Uzsonna	Pulyka húskrém (7;) EN:72.6kcal ZS:5.0g TZS:2.4g SZH:0.3g CK:0.3g FH:6.4g SÓ:1.1g CA:7.5mg teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g Kígyóuborka EN:6.0kcal ZS:0.1g SZH:0.9g FH:0.5g	Fahéjas csiga (1;6;) EN:210.4kcal ZS:8.5g TZS:4.0g SZH:28.6g CK:7.9g FH:3.5g SÓ:0.2g	Padlizsánkrém (3;7;10;) EN:92.3kcal ZS:9.0g TZS:5.1g SZH:1.8g CK:0.9g FH:1.0g SÓ:1.1g CA:19.3mg Félbarna kenyér (1;) EN:148.8kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:31.1g CK:0.1g FH:4.1g SÓ:0.7g Paradicsom EN:11.5kcal ZS:0.1g SZH:2.0g FH:0.5g	Turista szalámi EN:138.0kcal ZS:12.4g TZS:4.8g SZH:0.0g CK:0.0g FH:6.4g SÓ:1.0g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g Jégcsapretek EN:7.5kcal ZS:0.1g SZH:1.1g FH:0.6g	Sajtos pogácsa (1;3;7;) EN:207.5kcal ZS:11.0g TZS:4.9g SZH:21.5g CK:1.4g FH:5.0g SÓ:1.1g Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g
Összesítés	EN: 1907.1 kcal; ZS: 56.5 g; TZS: 14.1 g; SZH: 266.3 g; CK: 25.7 g; FH: 70.7 g; SÓ: 19.2 g; CA: 319.5 mg;	EN: 2564.2 kcal; ZS: 105.1 g; TZS: 37.2 g; SZH: 296.9 g; CK: 58.9 g; FH: 104.6 g; SÓ: 8.9 g; CA: 560.0 mg;	EN: 2632.3 kcal; ZS: 113.2 g; TZS: 26.6 g; SZH: 304.3 g; CK: 127.0 g; FH: 92.0 g; SÓ: 12.2 g; CA: 223.3 mg;	EN: 1943.7 kcal; ZS: 88.3 g; TZS: 23.5 g; SZH: 207.4 g; CK: 49.0 g; FH: 60.9 g; SÓ: 10.4 g; CA: 240.0 mg;	EN: 2850.0 kcal; ZS: 145.3 g; TZS: 23.9 g; SZH: 292.4 g; CK: 23.9 g; FH: 83.8 g; SÓ: 13.5 g; CA: 232.7 mg;

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kcal/adag); ZS(zsír: g/adag); TZS(telített zsírsav: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); CK(cukor: g/adag); FH(fehérje: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákfélék; 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-Csillagfű; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.