

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Rizs ital Prágai pulyka sonka margarin Teljeskiőrlésű kifli (1)	Málna tea (12) * Sonkás házi zöldségkrém teljeskiőrlésű kenyér (1)	Kakao * Mátrai csemege szalámi margarin zsemle vizes egy db (1)	Citromos tea * Metéőhagymás tofukrém (6) teljeskiőrlésű kenyér (1) Paprika	Tejeskávé DI-TM 35 (1) * Csirkemell sonka margarin teljeskiőrlésű kenyér (1) Kígyóborka	Barackos tea * Főtt tojás (3) teljeskiőrlésű kenyér (1) Póréhagyma	Csipkebogyó tea * Főtt virsli teljeskiőrlésű kenyér (1) Mustár (10)
EN:297 ZS:6,8 TZS:1,6 FH:12,2 SZH:45,0 CK:7,6 SO:2,0	EN:250 ZS:2,1 TZS:0,5 FH:10,1 SZH:45,1 CK:2,1 SO:1,2	EN:373 ZS:16,9 TZS:5,9 FH:9,9 SZH:44,3 CK:5,9 SO:0,9	EN:289 ZS:4,3 TZS:0,6 FH:14,5 SZH:45,8 CK:0,9 SO:1,3	EN:319 ZS:6,0 TZS:1,2 FH:15,4 SZH:49,6 CK:5,7 SO:1,5	EN:389 ZS:12,6 TZS:3,6 FH:22,6 SZH:44,1 CK:0,8 SO:0,1	EN:574 ZS:31,7 TZS:8,7 FH:23,5 SZH:46,3 CK:3,3 SO:4,2
Reszelt alma sárgaréppával * Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)	Házi szárnyaskrém teljeskiőrlésű kenyér (1)	körte Abonett	Életerő saláta	Almás fahéjas zabkása (1) *	alma Abonett	Gyümölcs saláta
EN:98 ZS:0,5 TZS:0,1 FH:2,1 SZH:20,3 CK:0,2 SO:0,0	EN:145 ZS:1,9 TZS:0,5 FH:9,9 SZH:20,9 CK:0,4 SO:0,2	EN:104 ZS:0,5 TZS:0,1 FH:2,6 SZH:21,0 CK:1,7 SO:0,1	EN:97 ZS:0,3 TZS: FH:1,0 SZH:21,5 CK:5,2 SO:	EN:110 ZS:2,0 TZS:0,3 FH:3,4 SZH:18,7 CK:2,2 SO:0,7	EN:122 ZS:1,2 TZS:0,2 FH:4,2 SZH:22,0 CK:0,3 SO:0,2	EN:115 ZS:0,3 TZS: FH:1,0 SZH:26,3 CK:4,3 SO:
Csirkeregu leves (12) Tejberizs * Kakaó szórát * Mandarin	Köménymag leves Főtt virsli Burgonyafőzelék TM (1;12)	Vegyes gyümölcsleves (1) * Egyben sertésvagdalt Rizs köret	Csontleves tésztával (1;9) Sertés pörkölt Zöldborsófőzelék (1)	Reszelttészta leves (1;9;12) Parajos-csirkés tészta (1)	Magyaros burgonyaleves (12) Székelykáposzta (12)	Vegyes gyümölcsleves (1) * Párolt halfilé (4) Zöldséges rizs Fokhagyma mártás (1)
EN:635 ZS:25,4 TZS:7,8 FH:20,8 SZH:75,4 CK:7,6 SO:2,4	EN:698 ZS:35,9 TZS:9,3 FH:21,9 SZH:67,3 CK:0,4 SO:5,2	EN:1447 ZS:120,8 TZS:16,6 FH:19,2 SZH:78,1 CK:11,3 SO:4,3	EN:688 ZS:23,6 TZS:4,0 FH:39,8 SZH:71,6 CK:14,2 SO:5,7	EN:486 ZS:9,8 TZS:1,7 FH:27,0 SZH:69,1 CK:8,2 SO:3,0	EN:566 ZS:24,0 TZS:9,3 FH:30,7 SZH:53,2 CK:1,7 SO:5,9	EN:664 ZS:28,2 TZS:3,7 FH:33,0 SZH:75,6 CK:13,4 SO:5,8
Sütőtök sütve	Vaníliás tofukrém (6) * teljeskiőrlésű kenyér (1)	diabetikus lekvár * margarin teljeskiőrlésű kenyér (1)	alma Puffasztott rizs (ripsz-ropsz)	Narancs Kölesgolyó	Olasz felvágott margarin teljeskiőrlésű kenyér (1)	Fokhagymás karfiolkrém teljeskiőrlésű kenyér (1)
EN:104 ZS:0,8 TZS: FH:2,0 SZH:21,4 CK:11,7 SO:0,4	EN:161 ZS:3,3 TZS:0,5 FH:9,2 SZH:22,6 CK:0,6 SO:0,1	EN:135 ZS:3,8 TZS:0,8 FH:2,9 SZH:20,9 CK:5,7 SO:0,0	EN:110 ZS:0,8 TZS:0,1 FH:2,0 SZH:22,7 CK:0,2 SO:0,0	EN:105 ZS:0,4 TZS:0,1 FH:2,6 SZH:21,2 CK:0,2 SO:0,0	EN:255 ZS:14,0 TZS:4,6 FH:9,9 SZH:21,7 CK:0,4 SO:1,1	EN:216 ZS:10,9 TZS:3,1 FH:5,6 SZH:22,6 CK:0,4 SO:0,7
Zala felvágott margarin teljeskiőrlésű kenyér (1) Jégcsapretek	Sült csirkemcomb Párolt zöldségköret 1/2 Kuskusz köret (1)	Tavaszi felvágott margarin teljeskiőrlésű kenyér (1) Kígyóborka	Reszelt csirkemáj D (1) Főtt burgonya (12) Vitamin saláta *	Olajos hal (4) Paradicsom teljeskiőrlésű kenyér (1)	Töltött kukkini (3)	Disznósajt margarin teljeskiőrlésű kenyér (1) Lilahagyma
EN:404 ZS:14,6 TZS:4,9 FH:16,5 SZH:49,8 CK:1,1 SO:1,1	EN:696 ZS:32,5 TZS:1,4 FH:50,2 SZH:47,0 CK:5,7 SO:2,9	EN:393 ZS:16,5 TZS:5,9 FH:14,8 SZH:44,7 CK:1,1 SO:1,1	EN:438 ZS:8,6 TZS:2,6 FH:35,1 SZH:50,3 CK:0,1 SO:3,8	EN:443 ZS:7,9 TZS:4,1 FH:40,2 SZH:50,6 CK:1,0 SO:1,1	EN:386 ZS:8,8 TZS:1,9 FH:25,5 SZH:50,0 CK: SO:2,6	EN:478 ZS:20,2 TZS:7,3 FH:21,9 SZH:50,2 CK:0,9 SO:2,3

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 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.