

Reggeli

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Vacsora

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
Tejeskávé (1;7) Kakaós foszlós kalács (1;3;6;7;8;11;13) margarin	Erdei gyümölcs tea Natúr sajtkrém (7) Sajtos kifli (1;7)	Tej (7) Méz margarin fehér kenyér (1) Zöldhagyma	Citromos tea Főtt virsli Ketchup fehér kenyér (1)	Citromos tea Tojáskrém (3;7) fehér kenyér (1) Jégcsapretek	Tej (7) Foszlós kalács (1;3;6;7;8;11;13) margarin	Citromos tea Disznósajt fehér kenyér (1) Lilahagyma
EN:511 ZS:16,0 TZS:4,2 FH:18,5 SZH:76,1 CK:30,9 SO:1,0	EN:474 ZS:13,2 TZS:3,9 FH:15,3 SZH:70,1 CK:22,5 SO:1,8	EN:486 ZS:9,6 TZS:4,6 FH:17,5 SZH:82,6 CK:20,7 SO:1,7	EN:672 ZS:28,9 TZS:8,9 FH:23,3 SZH:78,5 CK:25,6 SO:4,6	EN:456 ZS:12,8 TZS:7,0 FH:13,2 SZH:70,2 CK:20,7 SO:1,5	EN:466 ZS:16,0 TZS:7,2 FH:17,0 SZH:66,0 CK:8,4 SO:1,0	EN:533 ZS:16,8 TZS:6,8 FH:22,0 SZH:71,7 CK:20,4 SO:3,5
alma	Túró rudi (6;7)	margarin zsemle vizes egy db (1)	Natúr joghurt (7)	Mandarin	Citromos nápolyi (1;6)	Kefír (7)
EN:35 ZS:0,4 TZS: FH:0,4 SZH:7,0 CK: SO:	EN:107 ZS:5,4 TZS:4,5 FH:2,9 SZH:11,7 CK:11,1 SO:0,0	EN:189 ZS:4,7 TZS:1,2 FH:4,8 SZH:31,0 CK:0,9 SO:0,1	EN:92 ZS:5,2 TZS:3,4 FH:5,0 SZH:5,7 CK: SO:	EN:45 ZS: TZS: FH:0,7 SZH:9,8 CK: SO:	EN:233 ZS:13,4 TZS:5,2 FH:2,4 SZH:25,4 CK:11,1 SO:0,1	EN:92 ZS:5,2 TZS:3,4 FH:5,0 SZH:5,7 CK: SO:
Májgaluska leves (1;3;9) Mák szórát Főtt tészta (1) alma	Csontleves (9;12) Levesbetét tészta (1) Húsgombóc (sertés) (3) Paradicsom mártás (1;9) Főtt burgonya 1/2 (12)	Karfiolleves (1) Parajos csirkeragu (1;7) Bulgur köret (1)	Babgulyás leves sertés (1;9;12) fehér kenyér (1) Tepertős pogácsa (1;3;7)	Erdei gyümölcsleves (1;7) Mexikói rizseshús (1) Csalamádé (10;12)	Kertész leves (1;3;9) Rakott burgonya (3;7;12) Csemege uborka (10)	Daragaluska leves (1;3;9) Zöldborsós sertésragu Rizs köret Cékla saláta (10) *
EN:748 ZS:23,2 TZS:3,3 FH:23,5 SZH:108,1 CK:25,3 SO:21,6	EN:947 ZS:10,4 TZS:6,5 FH:43,9 SZH:158,9 CK:31,9 SO:6,7	EN:776 ZS:21,2 TZS:2,7 FH:35,8 SZH:108,4 CK:16,8 SO:3,7	EN:845 ZS:40,2 TZS:4,8 FH:32,0 SZH:100,5 CK:7,8 SO:3,4	EN:944 ZS:29,9 TZS:11,2 FH:33,3 SZH:132,2 CK:35,5 SO:3,1	EN:863 ZS:47,4 TZS:16,4 FH:28,1 SZH:74,1 CK:5,8 SO:6,6	EN:1086 ZS:33,7 TZS:6,0 FH:42,2 SZH:153,5 CK:5,1 SO:4,2
Citromos nápolyi (1;6)	banán	Kakaós nápolyi (1;6)	alma	Omlós keksz (1;3;6;7)	Narancs	alma
EN:233 ZS:13,4 TZS:5,2 FH:2,4 SZH:25,4 CK:11,1 SO:0,1	EN:105 ZS: TZS: FH:1,3 SZH:24,2 CK: SO:	EN:102 ZS:5,7 TZS:2,1 FH:1,2 SZH:11,1 CK:4,7 SO:0,1	EN:35 ZS:0,4 TZS: FH:0,4 SZH:7,0 CK: SO:	EN:120 ZS:5,2 TZS:2,4 FH:1,6 SZH:16,5 CK:5,4 SO:0,1	EN:41 ZS: TZS: FH:0,6 SZH:8,5 CK: SO:	EN:35 ZS:0,4 TZS: FH:0,4 SZH:7,0 CK: SO:
Mátraí csemege szalámi margarin teljeskiőrlésű kenyér (1) Gyümölcs tea	Magyaros vajkrém (7) fehér kenyér (1) Kígyóuborka Citromos tea	Túrista szalámi margarin vizes zsemle (1) Paprika Erdei gyümölcs tea	Gombás lecsó fehér kenyér (1) Citromos tea	Kockasajt, natúr (7) vizes zsemle (1) Gyümölcs tea	Zala felvágott margarin fehér kenyér (1) Zöldhagyma Citromos tea	Natúr sajtkrém (7) fehér kenyér (1) Paprika Erdei gyümölcs tea
EN:477 ZS:16,4 TZS:6,1 FH:14,3 SZH:65,6 CK:14,8 SO:0,9	EN:396 ZS:8,1 TZS:5,0 FH:9,5 SZH:69,7 CK:20,6 SO:1,5	EN:495 ZS:13,0 TZS:4,3 FH:13,3 SZH:78,3 CK:21,7 SO:0,8	EN:458 ZS:10,6 TZS:1,4 FH:12,9 SZH:75,7 CK:20,2 SO:3,6	EN:476 ZS:12,4 TZS:7,6 FH:15,3 SZH:73,7 CK:15,4 SO:1,0	EN:480 ZS:15,1 TZS:5,6 FH:15,2 SZH:68,9 CK:20,4 SO:2,5	EN:406 ZS:7,1 TZS:4,3 FH:11,1 SZH:72,2 CK:22,7 SO:2,0

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 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfitok; 13 - Csillagfürt; 14 - Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.