

	Hétfő 03.24	Kedd 03.25	Szerda 03.26	Csütörtök 03.27	Péntek 03.28	Szombat 03.29	Vasárnap 03.30
Reggeli	Citromos tea EN:49.2kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:12.0g CK:12.0g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Mátrai csemege szalámi EN:120.0kcal ZS:11.3g TZS:4.8g SZH:0.2g CK:0.1g FH:4.5g SÓ:0.7g Margarin (7;) EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g Császárszemle (1;6;) EN:305.4kcal ZS:3.4g TZS:0.1g SZH:58.9g CK:1.1g FH:9.4g SÓ:1.2g	Málna tea EN:56.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:13.8g CK:13.8g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Főtt virsli EN:274.0kcal ZS:25.0g TZS:7.7g FH:13.0g SÓ:2.1g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g Ketchup EN:13.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:3.0g CK:2.0g FH:0.2g SÓ:0.3g	Tej (7;) EN:132.0kcal ZS:4.5g TZS:3.0g SZH:14.1g FH:8.7g SÓ:0.3g CA:360.0mg Gastro toast EN:43.5kcal ZS:1.4g TZS:0.6g SZH:2.1g CK:0.3g FH:7.6g SÓ:1.3g Margarin (7;) EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g TV paprika EN:15.0kcal ZS:0.1g SZH:2.4g FH:0.7g	Karamellás tej (7;) EN:135.5kcal ZS:3.8g SZH:17.5g CK:17.5g FH:8.3g SÓ:0.3g CA:300.0mg Kakaós kalács (1;3;6;7;13;) EN:297.5kcal ZS:7.5g TZS:3.0g SZH:51.9g CK:8.4g FH:8.3g SÓ:0.6g	Epres tea EN:56.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:13.8g CK:13.8g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Pulyka sonka (6;7;) EN:60.6kcal ZS:2.9g TZS:1.0g SZH:2.3g CK:0.4g FH:7.1g SÓ:1.7g Margarin (7;) EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Gyümölcsstea (12;) EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Szendvicssonka EN:34.8kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:1.1g FH:6.0g SÓ:0.5g Margarin (7;) EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Gyümölcsstea (12;) EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Turista felvágott EN:138.0kcal ZS:12.4g TZS:4.8g SZH:0.0g CK:0.0g FH:6.4g SÓ:1.0g Margarin (7;) EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g
Tízórai	Vanília croissant (1;3;6;7;11;13;) EN:329.8kcal ZS:6.0g SZH:60.4g CK:30.8g FH:6.2g SÓ:0.1g	Alma kompót EN:65.6kcal ZS:0.2g SZH:13.6g CK:12.0g FH:0.2g	Kakaós jó reggelt (1;6;7;) EN:220.0kcal ZS:7.5g TZS:1.9g SZH:33.0g CK:14.0g FH:3.9g SÓ:0.3g	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	Petrezselymes túrókrém (7;) EN:60.2kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:1.9g CK:1.3g FH:6.4g SÓ:0.0g CA:45.2mg Korpotvit 5 db (1;12;) EN:135.0kcal ZS:3.9g TZS:1.6g SZH:20.9g CK:1.4g FH:3.1g SÓ:0.3g	Csokoládé puding (1;7;) EN:826.0kcal ZS:3.2g TZS:2.2g SZH:38.0g CK:27.2g FH:3.6g SÓ:0.2g	Tejföl poharas (7;) EN:207.0kcal ZS:18.0g TZS:11.7g SZH:4.9g CK:4.9g FH:4.5g SÓ:0.1g CA:180.0mg Abonett EN:34.6kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:6.0g CK:0.1g FH:1.5g SÓ:0.1g
Ebéd	Húsgaluska leves (1;3;) EN:191.5kcal ZS:2.3g TZS:0.6g SZH:31.1g CK:3.3g FH:10.8g SÓ:0.6g CA:0.0mg Főtt tészta (1;) EN:347.1kcal ZS:8.3g TZS:1.1g SZH:57.6g CK:2.8g FH:9.8g SÓ:1.0g Tejföl (7;) EN:55.2kcal ZS:4.8g TZS:3.1g SZH:1.3g CK:1.3g FH:1.2g SÓ:0.0g CA:48.0mg Reszelt sajt (7;) EN:104.1kcal ZS:8.1g TZS:5.1g FH:7.8g SÓ:0.4g CA:240.0mg Gyümölcs EN:63.0kcal SZH:14.0g CK:3.7g FH:0.8g	Rizsleves (6;9;) EN:164.8kcal ZS:4.2g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:5.2g FH:3.2g SÓ:2.1g CA:0.0mg Paprikás burgonya virslivel (12;) EN:541.3kcal ZS:20.3g TZS:6.2g SZH:65.3g CK:0.0g FH:17.1g SÓ:2.1g CA:0.0mg Savanyúság * (10;12;) EN:14.4kcal ZS:0.1g SZH:1.9g CK:0.8g FH:0.6g SÓ:1.6g	Lebbencs leves (1;9;12;) EN:220.2kcal ZS:9.9g TZS:1.8g SZH:26.4g CK:0.8g FH:4.8g SÓ:1.7g CA:0.0mg Fokhagymás csirkeapró EN:169.7kcal ZS:7.8g TZS:1.8g SZH:3.0g CK:0.0g FH:20.3g SÓ:0.8g Zöldbabfőzelék (1;7;) EN:191.6kcal ZS:10.3g TZS:0.9g SZH:18.2g CK:7.8g FH:5.1g SÓ:2.0g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Olasz zöldségleves (1;9;12;) EN:94.2kcal ZS:2.1g TZS:0.3g SZH:13.7g CK:0.9g FH:4.3g SÓ:1.4g Sárgarépas rizseshús (9;) EN:679.4kcal ZS:23.7g TZS:7.0g SZH:90.3g CK:1.4g FH:27.5g SÓ:1.8g CA:0.0mg Savanyúság * (10;12;) EN:14.4kcal ZS:0.1g SZH:1.9g CK:0.8g FH:0.6g SÓ:1.6g	Sajtgaluska leves (1;3;7;9;12;) EN:57.8kcal ZS:2.1g TZS:0.8g SZH:6.0g CK:2.4g FH:3.3g SÓ:1.1g CA:20.0mg Natúr vagdalt (Ripp-ropp) (1;3;6;) EN:409.8kcal ZS:32.4g TZS:5.1g SZH:22.0g CK:0.6g FH:8.5g SÓ:1.7g Paradicsomos káposzta (1;) EN:245.2kcal ZS:6.2g TZS:0.6g SZH:40.5g CK:22.2g FH:5.1g SÓ:0.7g CA:0.0mg Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Vegyes gyümölcsleves (1;7;) EN:206.7kcal ZS:0.6g TZS:0.1g SZH:46.4g CK:34.9g FH:2.6g SÓ:0.8g CA:36.0mg Lecsós csirkemáj (1;) EN:227.5kcal ZS:14.7g TZS:2.9g SZH:4.5g CK:1.1g FH:17.6g SÓ:3.1g CA:0.0mg Főtt tészta (1;) EN:347.1kcal ZS:8.3g TZS:1.1g SZH:57.6g CK:2.8g FH:9.8g SÓ:1.0g	Zöldségregmleves (1;7;12;) EN:68.6kcal ZS:0.5g TZS:0.0g SZH:13.2g CK:2.6g FH:2.4g SÓ:2.8g CA:22.0mg Levesgyöngy (1;3;7;) EN:75.0kcal ZS:4.2g TZS:2.0g SZH:7.9g CK:0.9g FH:1.2g SÓ:0.1g Cigánypecsenye EN:412.5kcal ZS:33.5g TZS:11.4g SZH:3.0g CK:0.0g FH:24.9g SÓ:2.3g CA:0.0mg Petrezselymes burgonya (12;) EN:312.9kcal ZS:4.9g TZS:1.0g SZH:53.6g CK:0.0g FH:7.4g SÓ:1.5g Savanyúság * (10;12;) EN:14.4kcal ZS:0.1g SZH:1.9g CK:0.8g FH:0.6g SÓ:1.6g

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-Halal; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfidok; 13-Csillagfürt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

	Hétfő 03.24	Kedd 03.25	Szerda 03.26	Csütörtök 03.27	Péntek 03.28	Szombat 03.29	Vasárnap 03.30	
Ebéd B	Pirított tésztaleves (1;9;12;) EN:210.2kcal ZS:10.5g TZS:1.2g SZH:23.4g CK:2.1g FH:3.9g SÓ:1.4g Panirozott csirkemell (1;) EN:1024.0kcal ZS:98.9g TZS:10.8g SZH:20.0g CK:0.8g FH:13.0g SÓ:1.6g Burgonyapüré (7;12;) EN:271.9kcal ZS:6.2g TZS:2.0g SZH:41.9g CK:5.0g FH:8.3g SÓ:1.6g CA:120.0mg Gyümölcs EN:63.0kcal SZH:14.0g CK:3.7g FH:0.8g Savanyúság * (10;12;) EN:14.4kcal ZS:0.1g SZH:1.9g CK:0.8g FH:0.6g SÓ:1.6g	Póréhagymaleves (3;7;9;) EN:152.9kcal ZS:12.0g TZS:3.5g SZH:7.8g CK:1.2g FH:3.2g SÓ:1.1g CA:41.2mg Vadas sertés tokány (1;7;9;10;12;) EN:260.8kcal ZS:12.6g TZS:3.8g SZH:16.8g CK:8.5g FH:18.1g SÓ:1.7g CA:14.4mg Főtt tészta (1;) EN:347.1kcal ZS:8.3g TZS:1.1g SZH:57.6g CK:2.8g FH:9.8g SÓ:1.0g	Brokkoli krémleves (1;7;) EN:99.6kcal ZS:5.1g TZS:3.0g SZH:8.9g CK:0.6g FH:4.0g SÓ:3.0g CA:26.4mg Levesgyöngy (1;3;7;) EN:75.0kcal ZS:4.2g TZS:2.0g SZH:7.9g CK:0.9g FH:1.2g SÓ:0.1g Sertés aprópecsenye EN:225.0kcal ZS:13.6g TZS:2.6g SZH:4.7g CK:0.0g FH:19.3g SÓ:2.0g CA:0.0mg Bulgur köret (1;) EN:452.2kcal ZS:4.3g TZS:0.2g SZH:86.6g CK:12.4g FH:16.1g SÓ:1.1g CA:0.0mg	Kolbászos bableves (1;3;12;) EN:374.2kcal ZS:23.5g TZS:7.1g SZH:19.8g CK:1.1g FH:18.0g SÓ:3.1g CA:0.0mg Tojásos galuska (1;3;7;) EN:445.0kcal ZS:9.5g TZS:2.0g SZH:68.0g CK:3.7g FH:18.3g SÓ:2.8g CA:48.0mg Savanyúság * (10;12;) EN:14.4kcal ZS:0.1g SZH:1.9g CK:0.8g FH:0.6g SÓ:1.6g	Sertés gulyásleves (1;3;9;12;) EN:218.0kcal ZS:10.8g TZS:1.9g SZH:13.8g CK:1.2g FH:13.7g SÓ:1.8g CA:0.0mg Túrógombóc (1;3;6;7;12;) EN:692.9kcal ZS:20.4g TZS:7.9g SZH:92.4g CK:22.7g FH:33.0g SÓ:1.6g CA:88.0mg Édes tejföl (7;) EN:83.4kcal ZS:6.0g TZS:3.9g SZH:5.2g CK:5.2g FH:1.5g SÓ:0.1g CA:60.0mg	Vegyes gyümölcsleves (1;7;) EN:206.7kcal ZS:0.6g TZS:0.1g SZH:46.4g CK:34.9g FH:2.6g SÓ:0.8g CA:36.0mg Sertéshúsos rakott burgonya (7;12;) EN:445.0kcal ZS:11.7g TZS:2.7g SZH:55.2g CK:1.2g FH:22.5g SÓ:1.8g CA:36.3mg	Zöldékgkrémleves (1;7;12;) EN:68.6kcal ZS:0.5g TZS:0.0g SZH:13.2g CK:2.6g FH:2.4g SÓ:2.8g CA:22.0mg Levesgyöngy (1;3;7;) EN:75.0kcal ZS:4.2g TZS:2.0g SZH:7.9g CK:0.9g FH:1.2g SÓ:0.1g Májás vagdalt (1;3;6;7;10;) EN:241.1kcal ZS:4.6g TZS:1.3g SZH:34.0g CK:0.0g FH:14.9g SÓ:0.9g CA:0.0mg Rizs köret EN:532.7kcal ZS:9.6g TZS:1.1g SZH:100.8g FH:12.1g SÓ:0.8g	
Uzsonna	Magyaros vajkrém (7;) EN:139.2kcal ZS:14.0g TZS:9.1g SZH:2.4g CK:0.9g FH:1.0g SÓ:0.4g CA:20.0mg Korpotiv 5 db (1;12;) EN:135.0kcal ZS:3.9g TZS:1.6g SZH:20.9g CK:1.4g FH:3.1g SÓ:0.3g	Gyümölcsjoghurt (7;) EN:103.8kcal ZS:2.5g TZS:1.4g SZH:13.8g CK:13.8g FH:3.1g SÓ:0.1g CA:125.0mg Háztartási keksz (1;12;) EN:80.2kcal ZS:1.2g TZS:0.5g SZH:15.2g CK:3.7g FH:1.8g SÓ:0.2g	Házi sertéshúskrém (7;) EN:78.9kcal ZS:6.3g TZS:3.9g SZH:0.8g CK:0.4g FH:4.6g SÓ:0.2g CA:9.4mg 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	Menüsüti (7;) EN:105.8kcal ZS:3.7g SZH:16.9g FH:1.3g	Briós (1;3;6;7;) EN:163.8kcal ZS:4.3g TZS:1.5g SZH:28.4g CK:4.7g FH:4.4g SÓ:0.3g	Sajtos-baconos párna (1;3;7;) EN:187.5kcal ZS:11.3g TZS:5.8g SZH:15.0g CK:0.7g FH:0.7g SÓ:1.1g	Piskóta rolád (1;3;7;) EN:191.7kcal ZS:8.6g TZS:5.4g SZH:26.1g CK:17.1g FH:2.3g SÓ:0.3g	
Vacsora	Füstölt pulykaparizsi EN:84.8kcal ZS:7.2g TZS:2.6g SZH:0.6g CK:0.1g FH:4.4g SÓ:0.8g Margarin (7;) EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g Kígyóuborka EN:7.2kcal ZS:0.1g SZH:1.0g FH:0.6g	Tojáskrém (3;7;) EN:85.9kcal ZS:7.7g TZS:4.1g SZH:0.6g CK:0.5g FH:3.2g SÓ:0.2g CA:13.5mg Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;) EN:307.4kcal ZS:2.1g TZS:0.1g SZH:62.4g CK:1.4g FH:11.8g SÓ:1.5g Lilahagyma EN:16.0kcal ZS:0.0g SZH:3.3g FH:0.5g SÓ:0.0g	Franciasaláta * (3;7;10;12;) EN:337.1kcal ZS:18.9g TZS:3.5g SZH:32.1g CK:12.8g FH:6.5g SÓ:2.2g CA:24.7mg Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	Gouda sajt (3;7;) EN:343.0kcal ZS:26.0g TZS:17.8g FH:28.0g SÓ:2.0g CA:800.0mg Margarin (7;) EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g Kígyóuborka EN:7.2kcal ZS:0.1g SZH:1.0g FH:0.6g	Gouda sajt (3;7;) EN:343.0kcal ZS:26.0g TZS:17.8g FH:28.0g SÓ:2.0g CA:800.0mg Margarin (7;) EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g Kígyóuborka EN:7.2kcal ZS:0.1g SZH:1.0g FH:0.6g	Paprikás csemege szalámi EN:122.3kcal ZS:11.1g TZS:3.9g SZH:0.7g CK:0.1g FH:5.3g SÓ:0.9g Margarin (7;) EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g TV paprika EN:15.0kcal ZS:0.1g SZH:2.4g FH:0.7g	Disznósajt EN:150.6kcal ZS:12.6g TZS:4.3g SZH:0.5g CK:0.4g FH:8.7g SÓ:1.4g Margarin (7;) EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g Lilahagyma EN:16.0kcal ZS:0.0g SZH:3.3g FH:0.5g SÓ:0.0g	Füstölt-főtt császárszalonna EN:198.5kcal ZS:18.8g TZS:7.5g SZH:0.6g CK:0.3g FH:6.8g SÓ:1.1g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g Póréhagyma EN:22.8kcal ZS:0.2g SZH:4.1g FH:1.3g
Összesítés	EN: 3835.1 kcal; ZS: 193.9 g; TZS: 44.7 g; SZH: 413.6 g; CK: 70.0 g; FH: 93.0 g; SÓ: 13.2 g; CA: 428.0 mg;	EN: 2731.5 kcal; ZS: 97.2 g; TZS: 29.5 g; SZH: 354.9 g; CK: 65.7 g; FH: 92.6 g; SÓ: 15.1 g; CA: 194.1 mg;	EN: 3193.5 kcal; ZS: 101.7 g; TZS: 27.3 g; SZH: 427.2 g; CK: 51.0 g; FH: 129.1 g; SÓ: 19.1 g; CA: 420.5 mg;	EN: 3087.0 kcal; ZS: 116.7 g; TZS: 43.7 g; SZH: 369.2 g; CK: 36.0 g; FH: 132.9 g; SÓ: 18.0 g; CA: 1148.0 mg;	EN: 3136.5 kcal; ZS: 113.9 g; TZS: 33.6 g; SZH: 405.6 g; CK: 76.4 g; FH: 112.5 g; SÓ: 13.8 g; CA: 213.2 mg;	EN: 3244.6 kcal; ZS: 74.0 g; TZS: 22.4 g; SZH: 378.9 g; CK: 110.4 g; FH: 88.1 g; SÓ: 13.2 g; CA: 108.3 mg;	EN: 3154.2 kcal; ZS: 126.1 g; TZS: 50.2 g; SZH: 388.1 g; CK: 38.1 g; FH: 103.7 g; SÓ: 17.8 g; CA: 224.0 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-Glütén; 2-Rákkfélek; 3-Tojás; 4-Halak; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélek (mandula, mogyoró, diófélek, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfidok; 13-Csillagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.