

	Hétfő 03.31	Kedd 04.01	Szerda 04.02	Csütörtök 04.03	Péntek 04.04
<b>Ebéd A</b>	<b>Paradicsomleves (1;6;)</b> EN:210.7kcal ZS:5.1g TZS:0.6g SZH:36.7g CK:18.5g FH:3.4g SÓ:1.1g <b>Zöldborsós sertésragu (1;9;)</b> EN:212.9kcal ZS:10.6g TZS:2.1g SZH:9.7g CK:0.0g FH:18.2g SÓ:1.5g CA:0.0mg <b>Bulgur köret (1;)</b> EN:368.6kcal ZS:3.8g TZS:0.2g SZH:70.0g CK:10.0g FH:13.0g SÓ:0.9g CA:0.0mg <b>Alma</b> EN:52.7kcal SZH:11.9g CK:4.1g FH:0.7g	<b>Tarhonyaleves (1;9;12;)</b> EN:159.9kcal ZS:4.9g TZS:1.2g SZH:22.4g CK:2.9g FH:4.4g SÓ:0.8g CA:0.0mg <b>Sertéspörkölt</b> EN:175.7kcal ZS:10.5g TZS:2.1g SZH:3.2g CK:0.2g FH:15.9g SÓ:1.7g CA:0.0mg <b>Tökfőzelék (1;7;)</b> EN:232.5kcal ZS:12.0g TZS:1.0g SZH:26.0g CK:1.2g FH:4.7g SÓ:1.3g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g	<b>Karfiolleves (1;)</b> EN:167.0kcal ZS:8.4g TZS:1.1g SZH:17.7g CK:2.3g FH:4.4g SÓ:1.2g CA:0.0mg <b>Panírozott halrúd (1;4;)</b> EN:527.2kcal ZS:40.3g TZS:4.2g SZH:25.1g CK:0.8g FH:14.5g SÓ:0.8g <b>Petrezselymes burgonya (12;)</b> EN:312.9kcal ZS:4.9g TZS:1.0g SZH:53.6g CK:0.0g FH:7.4g SÓ:1.5g <b>Csiki mártás (3;7;10;)</b> EN:73.2kcal ZS:4.2g TZS:0.3g SZH:7.7g CK:3.7g FH:1.1g SÓ:0.2g	<b>Tárkonyos zöldségleves (1;9;)</b> EN:106.4kcal ZS:3.4g TZS:0.4g SZH:15.9g CK:4.0g FH:3.2g SÓ:1.4g CA:0.0mg <b>Főtt tojás (3;)</b> EN:81.2kcal ZS:5.8g TZS:1.7g FH:7.0g <b>Parajfőzelék (1;7;)</b> EN:109.6kcal ZS:2.4g TZS:0.3g SZH:17.5g CK:6.0g FH:4.5g SÓ:1.1g CA:84.0mg <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g	<b>Gyümölcsle</b> EN:92.0kcal SZH:22.6g CK:21.6g <b>Vadas csirkeragu (1;9;10;12;)</b> EN:222.6kcal ZS:9.0g TZS:1.7g SZH:16.6g CK:8.2g FH:17.0g SÓ:1.7g CA:0.0mg <b>Főtt tészta (1;)</b> EN:347.1kcal ZS:8.3g TZS:1.1g SZH:57.6g CK:2.8g FH:9.8g SÓ:1.0g
<b>Ebéd B</b>	<b>Paradicsomleves (1;6;)</b> EN:210.7kcal ZS:5.1g TZS:0.6g SZH:36.7g CK:18.5g FH:3.4g SÓ:1.1g <b>Panírozott csirkemell cornflakes bundában (1;)</b> EN:409.5kcal ZS:29.3g TZS:3.4g SZH:23.0g CK:0.9g FH:13.0g SÓ:1.5g <b>Zöldséges rizs</b> EN:357.7kcal ZS:7.7g TZS:0.9g SZH:64.5g FH:8.5g SÓ:1.5g <b>Alma</b> EN:52.7kcal SZH:11.9g CK:4.1g FH:0.7g	<b>Tarhonyaleves (1;9;12;)</b> EN:159.9kcal ZS:4.9g TZS:1.2g SZH:22.4g CK:2.9g FH:4.4g SÓ:0.8g CA:0.0mg <b>Házi vagdalt (1;3;)</b> EN:466.5kcal ZS:40.1g TZS:7.3g SZH:13.3g CK:0.2g FH:12.9g SÓ:1.8g CA:0.0mg <b>Zöldborsófőzelék (1;7;)</b> EN:347.9kcal ZS:8.8g TZS:0.9g SZH:47.3g CK:19.0g FH:15.7g SÓ:1.7g CA:120.0mg <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g	<b>Karfiolleves (1;)</b> EN:167.0kcal ZS:8.4g TZS:1.1g SZH:17.7g CK:2.3g FH:4.4g SÓ:1.2g CA:0.0mg <b>Bolognai spagetti sertés (1;)</b> EN:635.6kcal ZS:27.3g TZS:6.0g SZH:74.6g CK:11.1g FH:22.8g SÓ:1.5g CA:0.0mg <b>Reszelt sajt (7;)</b> EN:104.1kcal ZS:8.1g TZS:5.1g FH:7.8g SÓ:0.4g CA:240.0mg	<b>Tárkonyos zöldségleves (1;9;)</b> EN:106.4kcal ZS:3.4g TZS:0.4g SZH:15.9g CK:4.0g FH:3.2g SÓ:1.4g CA:0.0mg <b>Sült debreceni</b> EN:238.0kcal ZS:23.5g TZS:9.6g SZH:0.2g CK:0.2g FH:17.8g SÓ:2.2g <b>Sárgaborsó főzelék (1;)</b> EN:343.9kcal ZS:6.9g TZS:0.7g SZH:50.1g CK:4.1g FH:18.8g SÓ:0.2g CA:0.0mg <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g	<b>Gyümölcsle</b> EN:92.0kcal SZH:22.6g CK:21.6g <b>Rakott burgonya (1;3;7;12;)</b> EN:399.4kcal ZS:14.2g TZS:5.8g SZH:46.2g CK:2.6g FH:18.4g SÓ:1.7g CA:205.4mg
<b>Összesítés</b>	EN: 1875.4 kcal; ZS: 61.7 g; TZS: 7.8 g; SZH: 264.4 g; CK: 56.1 g; FH: 61.0 g; SÓ: 7.6 g; CA: 0.0 mg;	EN: 1740.7 kcal; ZS: 82.0 g; TZS: 14.1 g; SZH: 176.0 g; CK: 26.6 g; FH: 63.4 g; SÓ: 9.1 g; CA: 120.0 mg;	EN: 1987.0 kcal; ZS: 101.6 g; TZS: 18.8 g; SZH: 196.4 g; CK: 20.2 g; FH: 62.3 g; SÓ: 6.7 g; CA: 240.0 mg;	EN: 1183.8 kcal; ZS: 46.2 g; TZS: 13.3 g; SZH: 141.2 g; CK: 18.3 g; FH: 59.8 g; SÓ: 7.2 g; CA: 84.0 mg;	EN: 1153.1 kcal; ZS: 31.6 g; TZS: 8.7 g; SZH: 165.6 g; CK: 56.8 g; FH: 45.1 g; SÓ: 4.4 g; CA: 205.4 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-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.