

	Hétfő 03.31	Kedd 04.01	Szerda 04.02	Csütörtök 04.03	Péntek 04.04
<b>Tízórai</b>	<b>Tejescsók (1;7;)</b> EN:119.5kcal ZS:3.0g TZS:0.0g SZH:16.3g CK:15.0g FH:6.8g SÓ:0.2g CA:240.0mg <b>Foszlós kalács (1;3;6;7;13;)</b> EN:148.8kcal ZS:3.7g TZS:1.5g SZH:26.0g CK:4.2g FH:4.2g SÓ:0.3g <b>Margarin (7;)</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g	<b>Gyümölcsstea (12;)</b> EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg <b>Házi csirkemájkrém</b> EN:52.6kcal ZS:3.7g TZS:1.7g SZH:0.4g CK:0.0g FH:4.4g SÓ:1.5g CA:0.0mg <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:124.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.1g FH:3.4g SÓ:0.6g <b>Kígyóborka</b> EN:3.6kcal ZS:0.0g SZH:0.5g FH:0.3g	<b>Tej (7;)</b> EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g CA:240.0mg <b>Kukorica pehely (1;)</b> EN:96.5kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:21.3g CK:1.5g FH:2.0g SÓ:0.4g	<b>Citromos tea</b> EN:28.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg <b>Körözött (7;)</b> EN:35.2kcal ZS:2.4g TZS:1.6g SZH:1.0g CK:0.5g FH:2.4g SÓ:0.2g CA:16.0mg <b>Teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:166.5kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:32.5g CK:0.0g FH:6.0g SÓ:0.9g	<b>Málna tea (12;)</b> EN:30.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.5g CK:7.5g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg <b>Zöldfűszeres vajkrém (7;)</b> EN:43.2kcal ZS:4.0g TZS:2.6g SZH:0.8g CK:0.5g FH:1.0g SÓ:0.2g CA:0.0mg <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:124.0kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.1g FH:3.4g SÓ:0.6g <b>Paradicsom</b> EN:6.9kcal ZS:0.1g SZH:1.2g FH:0.3g
<b>Ebéd</b>	<b>Paradicsomleves (1;6;)</b> EN:175.7kcal ZS:5.1g TZS:0.6g SZH:28.3g CK:12.4g FH:3.2g SÓ:1.1g <b>Zöldborsós sertésragu (1;9;)</b> EN:147.4kcal ZS:7.6g TZS:1.5g SZH:6.6g CK:0.0g FH:12.1g SÓ:1.0g CA:0.0mg <b>Bulgur köret (1;)</b> EN:219.5kcal ZS:2.1g TZS:0.1g SZH:42.0g CK:6.0g FH:3.1g SÓ:0.6g 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:106.6kcal ZS:3.3g TZS:0.8g SZH:14.9g CK:2.0g FH:2.9g SÓ:0.5g CA:0.0mg <b>Sertéspörkölt</b> EN:141.7kcal ZS:9.2g TZS:1.6g SZH:3.2g CK:0.2g FH:10.7g SÓ:1.7g CA:0.0mg <b>Tökfőzelék (1;7;)</b> EN:155.2kcal ZS:8.0g TZS:0.7g SZH:17.4g CK:0.9g FH:3.1g SÓ:0.9g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:62.0kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:13.0g CK:0.0g FH:1.7g SÓ:0.3g	<b>Karfiolleves (1;)</b> EN:152.4kcal ZS:8.3g TZS:1.0g SZH:15.2g CK:2.0g FH:3.6g SÓ:1.0g CA:0.0mg <b>Panírozott halrúd (1;4;)</b> EN:233.8kcal ZS:12.3g TZS:1.2g SZH:18.8g CK:0.6g FH:10.9g SÓ:0.6g <b>Petrezselymes burgonya (12;)</b> EN:247.1kcal ZS:4.7g TZS:1.0g SZH:40.7g CK:0.0g FH:5.7g SÓ:1.5g <b>Csiki mártás (3;7;10;)</b> EN:64.0kcal ZS:4.2g TZS:0.3g SZH:5.6g CK:2.9g FH:0.9g SÓ:0.2g	<b>Tárkonyos zöldségleves (1;9;)</b> EN:82.6kcal ZS:2.3g TZS:0.3g SZH:13.0g CK:2.8g FH:2.5g SÓ:0.9g 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:106.0kcal ZS:2.3g TZS:0.2g SZH:16.9g CK:5.4g FH:4.4g SÓ:1.1g CA:84.0mg <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:62.0kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:13.0g CK:0.0g FH:1.7g SÓ:0.3g <b>Alma</b> EN:52.7kcal SZH:11.9g CK:4.1g FH:0.7g	<b>Daragaluska leves (1;3;)</b> EN:100.0kcal ZS:5.5g TZS:0.8g SZH:9.3g CK:2.2g FH:2.9g SÓ:2.5g <b>Vadas csirkeragu (1;9;10;12;)</b> EN:180.9kcal ZS:7.7g TZS:1.3g SZH:16.6g CK:8.2g FH:10.1g SÓ:1.7g CA:0.0mg <b>Főtt tészta (1;)</b> EN:260.3kcal ZS:6.2g TZS:0.8g SZH:43.2g CK:2.1g FH:7.3g SÓ:1.0g
<b>Uzsonna</b>	<b>Házi babkrém</b> EN:63.6kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:9.5g CK:0.6g FH:4.2g SÓ:0.3g CA:0.0mg <b>Teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:166.5kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:32.5g CK:0.0g FH:6.0g SÓ:0.9g	<b>Edami sajt (7;)</b> EN:79.0kcal ZS:5.9g TZS:4.0g FH:6.5g SÓ:0.2g CA:200.0mg <b>Margarin (7;)</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g <b>Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;)</b> EN:153.7kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:31.2g CK:0.7g FH:5.9g SÓ:0.8g	<b>Natúr vajkrém (7;)</b> EN:69.6kcal ZS:7.0g TZS:4.5g SZH:1.2g CK:0.5g FH:0.5g SÓ:0.2g CA:10.0mg <b>Teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:166.5kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:32.5g CK:0.0g FH:6.0g SÓ:0.9g <b>Jégcsapretek</b> EN:3.0kcal ZS:0.0g SZH:0.4g FH:0.2g	<b>Álomsonka</b> EN:19.8kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:0.7g CK:0.1g FH:3.4g SÓ:0.5g <b>Margarin (7;)</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g <b>Vizes zsemle (1;)</b> EN:153.3kcal ZS:0.7g TZS:0.0g SZH:31.0g CK:0.9g FH:4.8g <b>TV paprika</b> EN:12.0kcal ZS:0.0g SZH:1.9g FH:0.6g	<b>Teljes kiőrlésű Kakaós csiga (1;3;6;13;)</b> EN:199.4kcal ZS:8.6g TZS:4.0g SZH:31.5g CK:11.5g FH:3.8g SÓ:0.2g
<b>Összesítés</b>	EN: 1111.7 kcal; ZS: 24.7 g; TZS: 4.4 g; SZH: 173.1 g; CK: 42.3 g; FH: 45.0 g; SÓ: 4.3 g; CA: 240.0 mg;	EN: 925.2 kcal; ZS: 33.8 g; TZS: 9.8 g; SZH: 113.5 g; CK: 10.9 g; FH: 39.0 g; SÓ: 6.5 g; CA: 200.0 mg;	EN: 1120.9 kcal; ZS: 40.7 g; TZS: 10.4 g; SZH: 145.1 g; CK: 7.5 g; FH: 35.6 g; SÓ: 4.9 g; CA: 250.0 mg;	EN: 817.3 kcal; ZS: 17.1 g; TZS: 4.9 g; SZH: 128.9 g; CK: 20.7 g; FH: 33.3 g; SÓ: 4.0 g; CA: 100.0 mg;	EN: 945.4 kcal; ZS: 32.5 g; TZS: 9.7 g; SZH: 136.1 g; CK: 32.1 g; FH: 28.8 g; SÓ: 6.1 g; CA: 0.0 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-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, szulfidok; 13-Csillagfürt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.