

	Hétfő 03.24	Kedd 03.25	Szerda 03.26	Csütörtök 03.27	Péntek 03.28
<b>Tízórai</b>	<b>Citromos tea</b> EN: 0.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; <b>Mátrai csemege szalámi</b> EN: 72.0 kcal; ZS: 6.7 g; TZS: 2.8 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.1 g; FH: 2.7 g; SÓ: 0.4 g; <b>margarin</b> EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.0 g;	<b>Erdei gyümölcs tea (12;)</b> EN: 0.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; <b>Zöldfűszeres kockasajt (7;)</b> EN: 41.6 kcal; ZS: 3.7 g; SZH: 0.6 g; FH: 1.5 g; CA: 63.0 mg; <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.0 g;	<b>Málna tea (12;)</b> EN: 0.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; <b>Cukkinikrém</b> EN: 22.0 kcal; ZS: 1.9 g; TZS: 0.2 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.2 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.4 g; <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.0 g;	<b>Citromos tea</b> EN: 0.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; <b>Csirkemell sonka</b> EN: 18.0 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 1.0 g; CK: 0.1 g; FH: 3.2 g; SÓ: 0.5 g; <b>mini margarin</b> EN: 0.5 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.0 g;	<b>Erdei gyümölcs tea (12;)</b> EN: 0.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; <b>Petrezselymes túrókrém (7;)</b> EN: 36.0 kcal; ZS: 1.8 g; TZS: 1.2 g; SZH: 1.1 g; CK: 0.8 g; FH: 3.8 g; SÓ: 0.0 g; CA: 27.2 mg; <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.0 g; <b>Paprika</b> EN: 6.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.9 g; FH: 0.3 g;
<b>Ebéd</b>	<b>Sertés gulyás leves (1;12;)</b> EN: 204.8 kcal; ZS: 6.7 g; TZS: 1.2 g; SZH: 24.7 g; CK: 0.9 g; FH: 10.2 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg; <b>Sertéssült</b> EN: 98.2 kcal; ZS: 5.1 g; TZS: 1.3 g; FH: 12.3 g; SÓ: 0.8 g; <b>Tökfőzelék</b> EN: 162.7 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 0.7 g; SZH: 24.4 g; CK: 1.4 g; FH: 2.5 g; SÓ: 0.8 g; <b>alma</b> EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; SZH: 7.0 g; FH: 0.4 g;	<b>Csontleves tésztával (1;9;)</b> EN: 68.8 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 13.0 g; CK: 2.5 g; FH: 2.8 g; SÓ: 2.0 g; CA: 0.0 mg; <b>Hüsgombóc (3;)</b> EN: 116.5 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 3.3 g; SZH: 8.0 g; CK: 0.0 g; FH: 11.1 g; SÓ: 0.8 g; <b>Paradicsom mártás (1;9;)</b> EN: 25.9 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 5.0 g; CK: 2.1 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.6 g; <b>Főtt burgonya 1/2 (12;)</b> EN: 126.9 kcal; ZS: 0.3 g; SZH: 24.8 g; FH: 3.4 g; SÓ: 0.0 g;	<b>Lebbencs leves (1;9;12;)</b> EN: 123.0 kcal; ZS: 5.4 g; TZS: 0.9 g; SZH: 15.0 g; CK: 0.7 g; FH: 2.6 g; SÓ: 1.0 g; CA: 0.0 mg; <b>Szárnyas aprópecsenye</b> EN: 109.2 kcal; ZS: 6.8 g; TZS: 1.2 g; SZH: 2.6 g; CK: 0.0 g; FH: 8.8 g; SÓ: 1.0 g; CA: 0.0 mg; <b>Fejtett babfőzelék (1;7;12;)</b> EN: 261.9 kcal; ZS: 7.3 g; TZS: 2.0 g; SZH: 28.2 g; CK: 3.4 g; FH: 13.9 g; SÓ: 0.9 g; CA: 22.5 mg;	<b>Tavaszi zöldségleves (1;9;)</b> EN: 54.9 kcal; ZS: 2.2 g; TZS: 0.3 g; SZH: 6.5 g; CK: 1.0 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.9 g; <b>Zöldfűszeres csirkemell szelet</b> EN: 87.3 kcal; ZS: 3.6 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 12.7 g; SÓ: 0.5 g; <b>Csöben sült padlizsán (3;)</b> EN: 210.1 kcal; ZS: 4.1 g; TZS: 1.1 g; SZH: 37.9 g; CK: 2.2 g; FH: 4.8 g; SÓ: 0.8 g;	<b>Paszternáklevés (1;)</b> EN: 93.5 kcal; ZS: 1.7 g; TZS: 0.3 g; SZH: 16.6 g; CK: 5.8 g; FH: 2.8 g; SÓ: 1.0 g; <b>Egyben szárnyas vagdalt (1;3;)</b> EN: 140.4 kcal; ZS: 5.1 g; TZS: 1.0 g; SZH: 11.8 g; CK: 0.2 g; FH: 11.5 g; SÓ: 0.2 g; CA: 0.0 mg; <b>Brokkolifőzelék</b> EN: 150.7 kcal; ZS: 5.4 g; TZS: 0.6 g; SZH: 21.0 g; CK: 6.7 g; FH: 3.8 g; SÓ: 0.9 g;
<b>Uzsonna</b>	<b>Magyaros vajkrém (7;)</b> EN: 105.0 kcal; ZS: 10.5 g; TZS: 6.8 g; SZH: 1.9 g; CK: 0.7 g; FH: 0.7 g; SÓ: 0.3 g; CA: 15.0 mg; <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.0 g;	<b>Tonhalkrém (4;10;)</b> EN: 105.3 kcal; ZS: 9.9 g; TZS: 3.1 g; SZH: 0.2 g; CK: 0.0 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.2 g; <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.0 g; <b>Lilahagyma</b> EN: 8.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 1.7 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.0 g;	<b>Házi sertés húskrém</b> EN: 66.9 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 1.3 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 3.1 g; SÓ: 0.1 g; <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.0 g; <b>Paprika</b> EN: 6.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.9 g; FH: 0.3 g;	<b>Tavaszi felvágott</b> EN: 55.4 kcal; ZS: 4.8 g; TZS: 2.0 g; SZH: 0.7 g; CK: 0.1 g; FH: 2.4 g; SÓ: 0.4 g; <b>margarin</b> EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.0 g; <b>Kígyóborka</b> EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 g;	<b>Padlizsánkrém (10;)</b> EN: 60.3 kcal; ZS: 6.1 g; TZS: 1.9 g; SZH: 1.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.4 g; CA: 0.0 mg; <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN: 79.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.0 g; SZH: 15.5 g; CK: 0.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.0 g;
<b>Összesítés</b>	EN: 867.8 kcal; ZS: 39.7 g; TZS: 13.8 g; SZH: 89.1 g; CK: 3.7 g; FH: 34.7 g; SÓ: 3.1 g; CA: 15.0 mg;	EN: 651.7 kcal; ZS: 19.3 g; TZS: 6.5 g; SZH: 84.3 g; CK: 5.2 g; FH: 29.8 g; SÓ: 3.7 g; CA: 63.0 mg;	EN: 747.5 kcal; ZS: 28.3 g; TZS: 5.7 g; SZH: 78.3 g; CK: 4.9 g; FH: 35.0 g; SÓ: 3.3 g; CA: 22.5 mg;	EN: 628.2 kcal; ZS: 19.3 g; TZS: 5.1 g; SZH: 78.9 g; CK: 4.0 g; FH: 31.4 g; SÓ: 3.3 g; CA: 0.0 mg;	EN: 645.5 kcal; ZS: 20.9 g; TZS: 5.0 g; SZH: 83.5 g; CK: 14.1 g; FH: 28.3 g; SÓ: 2.7 g; CA: 27.2 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, szulfitok; 13-Csillagfűrt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.