

	Hétfő 03.24	Kedd 03.25	Szerda 03.26	Csütörtök 03.27	Péntek 03.28
Tízórai	Citromos tea 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; Mátrai csemege szalámi EN: 96.0 kcal; ZS: 9.0 g; TZS: 3.8 g; SZH: 0.2 g; CK: 0.1 g; FH: 3.6 g; SÓ: 0.6 g; margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 105.7 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.0 g; SZH: 20.7 g; CK: 0.4 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.0 g;	Erdei gyümölcs tea (12;) 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; Zöldfűszeres kockasajt (7;) EN: 41.6 kcal; ZS: 3.7 g; SZH: 0.6 g; FH: 1.5 g; CA: 63.0 mg; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 105.7 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.0 g; SZH: 20.7 g; CK: 0.4 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.0 g;	Málna tea (12;) 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; Tavaszi felvágott EN: 83.1 kcal; ZS: 7.2 g; TZS: 3.0 g; SZH: 1.0 g; CK: 0.2 g; FH: 3.6 g; SÓ: 0.7 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 105.7 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.0 g; SZH: 20.7 g; CK: 0.4 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.0 g; margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g;	Citromos tea 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; Csirkemell sonka EN: 27.0 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 1.5 g; CK: 0.2 g; FH: 4.8 g; SÓ: 0.8 g; mini margarin EN: 1.1 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 105.7 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.0 g; SZH: 20.7 g; CK: 0.4 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.0 g;	Erdei gyümölcs tea (12;) 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; Petrezselymes túrókrém (7;) EN: 48.5 kcal; ZS: 2.5 g; TZS: 1.6 g; SZH: 1.5 g; CK: 1.1 g; FH: 5.1 g; SÓ: 0.0 g; CA: 36.0 mg; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 105.7 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.0 g; SZH: 20.7 g; CK: 0.4 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.0 g; Paprika EN: 9.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 1.4 g; FH: 0.4 g;
Ebéd	Sertés gulyásleves (1;9;12;) EN: 246.4 kcal; ZS: 15.7 g; TZS: 4.1 g; SZH: 12.9 g; CK: 1.0 g; FH: 11.7 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg; Sertéssült EN: 143.1 kcal; ZS: 7.2 g; TZS: 2.0 g; FH: 18.4 g; SÓ: 0.9 g; Tökfőzelék EN: 198.7 kcal; ZS: 7.9 g; TZS: 0.9 g; SZH: 28.5 g; CK: 1.4 g; FH: 3.1 g; SÓ: 1.0 g; alma EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; SZH: 7.0 g; FH: 0.4 g;	Csontleves (9;) EN: 20.1 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 3.9 g; CK: 1.6 g; FH: 0.8 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; Húsgombóc (3;) EN: 179.6 kcal; ZS: 5.8 g; TZS: 4.5 g; SZH: 15.8 g; CK: 0.0 g; FH: 15.5 g; SÓ: 1.1 g; Paradicsom mártás (1;9;) EN: 34.5 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 6.7 g; CK: 2.8 g; FH: 1.3 g; SÓ: 0.8 g; Főtt burgonya (12;) EN: 112.8 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 22.1 g; FH: 3.0 g; SÓ: 0.8 g;	Lebbencs leves (1;9;12;) EN: 162.1 kcal; ZS: 7.5 g; TZS: 1.4 g; SZH: 19.2 g; CK: 0.5 g; FH: 3.1 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg; Szárnyas aprópecsenye EN: 158.4 kcal; ZS: 9.2 g; TZS: 1.9 g; SZH: 3.0 g; CK: 0.0 g; FH: 15.2 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; Fejtett babfőzelék (1;7;12;) EN: 305.6 kcal; ZS: 9.6 g; TZS: 2.6 g; SZH: 32.0 g; CK: 3.8 g; FH: 15.4 g; SÓ: 0.9 g; CA: 30.0 mg;	Tavaszi zöldségleves (1;9;) EN: 71.0 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 0.4 g; SZH: 8.3 g; CK: 1.3 g; FH: 1.9 g; SÓ: 1.2 g; Zöldfűszeres csirkemell szelet EN: 127.8 kcal; ZS: 5.1 g; TZS: 1.1 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 19.1 g; SÓ: 0.7 g; Csöben sült padlizsán (3;) EN: 230.3 kcal; ZS: 5.2 g; TZS: 1.5 g; SZH: 39.8 g; CK: 2.2 g; FH: 5.4 g; SÓ: 1.0 g;	Paszternákleves (1;) EN: 115.2 kcal; ZS: 2.2 g; TZS: 0.3 g; SZH: 20.2 g; CK: 6.7 g; FH: 3.4 g; SÓ: 0.8 g; Egyben szárnyas vagdalt (1;3;) EN: 184.1 kcal; ZS: 6.8 g; TZS: 1.4 g; SZH: 14.9 g; CK: 0.2 g; FH: 15.3 g; SÓ: 0.3 g; CA: 0.0 mg; Brokkolifőzelék (1;7;) EN: 143.1 kcal; ZS: 7.3 g; TZS: 0.8 g; SZH: 12.9 g; CK: 2.9 g; FH: 5.7 g; SÓ: 1.4 g; CA: 24.0 mg;
Uzsonna	Magyaros vajkrém (7;) EN: 140.1 kcal; ZS: 14.0 g; TZS: 9.1 g; SZH: 2.5 g; CK: 0.9 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.4 g; CA: 20.0 mg; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 105.7 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.0 g; SZH: 20.7 g; CK: 0.4 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.0 g;	Tonhalkrém (4;10;) EN: 138.0 kcal; ZS: 13.1 g; TZS: 4.1 g; SZH: 0.3 g; CK: 0.1 g; FH: 4.7 g; SÓ: 0.3 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 105.7 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.0 g; SZH: 20.7 g; CK: 0.4 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.0 g; Lilahagyma EN: 12.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 2.5 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.0 g;	Házi sertés húskrém EN: 76.0 kcal; ZS: 6.5 g; TZS: 1.4 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 4.1 g; SÓ: 0.1 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 105.7 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.0 g; SZH: 20.7 g; CK: 0.4 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.0 g; Paprika EN: 9.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 1.4 g; FH: 0.4 g;	Tavaszi felvágott EN: 83.1 kcal; ZS: 7.2 g; TZS: 3.0 g; SZH: 1.0 g; CK: 0.2 g; FH: 3.6 g; SÓ: 0.7 g; margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 105.7 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.0 g; SZH: 20.7 g; CK: 0.4 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.0 g; Kigyóborka EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 g;	Sonkakrém EN: 99.5 kcal; ZS: 8.7 g; TZS: 3.0 g; SZH: 1.1 g; CK: 0.6 g; FH: 4.2 g; SÓ: 0.8 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN: 105.7 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.0 g; SZH: 20.7 g; CK: 0.4 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.0 g;
Összesítés	EN: 1133.7 kcal; ZS: 62.2 g; TZS: 21.5 g; SZH: 92.3 g; CK: 4.2 g; FH: 46.0 g; SÓ: 4.2 g; CA: 20.0 mg;	EN: 750.0 kcal; ZS: 24.2 g; TZS: 8.6 g; SZH: 93.2 g; CK: 5.2 g; FH: 35.0 g; SÓ: 4.3 g; CA: 63.0 mg;	EN: 1068.6 kcal; ZS: 48.0 g; TZS: 11.9 g; SZH: 98.2 g; CK: 5.3 g; FH: 49.7 g; SÓ: 4.2 g; CA: 30.0 mg;	EN: 826.7 kcal; ZS: 28.9 g; TZS: 7.7 g; SZH: 93.8 g; CK: 4.7 g; FH: 43.6 g; SÓ: 4.4 g; CA: 0.0 mg;	EN: 810.8 kcal; ZS: 28.4 g; TZS: 7.2 g; SZH: 93.4 g; CK: 12.3 g; FH: 41.9 g; SÓ: 3.3 g; CA: 60.0 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-Rákkfélék; 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.