

	Hétfő 03.31	Kedd 04.01	Szerda 04.02	Csütörtök 04.03	Péntek 04.04
Tízórai	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; Kapros túrókrém (7;) EN: 56.1 kcal; ZS: 3.3 g; TZS: 2.2 g; SZH: 1.4 g; CK: 1.4 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;	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; Baromfi párizsi EN: 60.9 kcal; ZS: 5.1 g; TZS: 1.8 g; SZH: 0.5 g; CK: 0.3 g; FH: 3.3 g; SÓ: 0.6 g; margarin EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; teljeskiőrlésű kenyér (1;) 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; Kígyóborka EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 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; Zöldséges felvágott EN: 56.1 kcal; ZS: 4.5 g; TZS: 1.7 g; SZH: 1.2 g; CK: 0.2 g; FH: 2.7 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;	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; Körözött (7;) EN: 54.0 kcal; ZS: 3.6 g; TZS: 2.2 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.8 g; FH: 4.0 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;	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; Zöldfűszeres vajkrém (7;) EN: 43.2 kcal; ZS: 4.0 g; TZS: 2.6 g; SZH: 0.8 g; CK: 0.5 g; FH: 1.0 g; SÓ: 0.2 g; CA: 0.0 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; Kígyóborka EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 g;
Ébéd	Paradicsomleves * (1;9;) EN: 76.5 kcal; ZS: 3.9 g; TZS: 0.4 g; SZH: 8.6 g; CK: 2.4 g; FH: 1.5 g; SÓ: 1.0 g; Zöldborsós csirkeragu (1;9;) EN: 202.3 kcal; ZS: 9.4 g; TZS: 1.7 g; SZH: 9.5 g; CK: 0.0 g; FH: 17.5 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg; Főtt burgonya (12;) EN: 141.0 kcal; ZS: 0.3 g; SZH: 27.6 g; FH: 3.8 g; SÓ: 0.8 g; alma EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; SZH: 7.0 g; FH: 0.4 g;	Magyaros tarhonyaleves (1;12;) EN: 209.8 kcal; ZS: 9.6 g; TZS: 1.1 g; SZH: 25.4 g; CK: 0.7 g; FH: 4.0 g; SÓ: 0.5 g; CA: 0.0 mg; Sertés pörkölt EN: 160.5 kcal; ZS: 9.3 g; TZS: 1.9 g; SZH: 3.0 g; CK: 0.0 g; FH: 14.9 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg; Zöldbabfőzelék (7;) EN: 145.8 kcal; ZS: 7.8 g; TZS: 2.8 g; SZH: 17.1 g; CK: 4.3 g; FH: 5.3 g; SÓ: 1.0 g; CA: 36.0 mg;	Karfiolleves (1;) EN: 105.7 kcal; ZS: 6.9 g; TZS: 0.8 g; SZH: 8.3 g; CK: 0.3 g; FH: 2.4 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Majorannás sertésragu EN: 119.3 kcal; ZS: 4.8 g; TZS: 1.4 g; SZH: 3.6 g; CK: 0.5 g; FH: 14.7 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg; Sárgarépa főzelék EN: 218.0 kcal; ZS: 3.9 g; TZS: 0.5 g; SZH: 41.6 g; CK: 3.6 g; FH: 3.6 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg;	Zöldségleves tésztával (1;9;12;) EN: 118.6 kcal; ZS: 3.1 g; TZS: 0.4 g; SZH: 19.3 g; CK: 0.7 g; FH: 3.4 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; 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; Parajfőzelék EN: 156.4 kcal; ZS: 2.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 31.3 g; CK: 8.1 g; FH: 2.6 g; SÓ: 1.1 g;	Erőleves (9;12;) EN: 54.0 kcal; ZS: 2.5 g; TZS: 0.8 g; SZH: 3.9 g; CK: 0.0 g; FH: 3.3 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; Vadas csirkeragu (1;7;9;10;12;) EN: 206.3 kcal; ZS: 9.7 g; TZS: 2.9 g; SZH: 12.6 g; CK: 4.7 g; FH: 15.4 g; SÓ: 0.2 g; CA: 21.6 mg; Tészta köret (1;) EN: 237.7 kcal; ZS: 7.5 g; TZS: 0.9 g; SZH: 36.0 g; CK: 1.8 g; FH: 6.1 g; SÓ: 1.0 g;
Uzsonna	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; 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;	Kockasajt, natúr (7;) EN: 70.5 kcal; ZS: 5.5 g; TZS: 3.8 g; SZH: 1.8 g; CK: 0.5 g; FH: 0.5 g; SÓ: 0.2 g; CA: 172.5 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;	Natúr vajkrém (7;) EN: 69.6 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 4.5 g; SZH: 1.2 g; CK: 0.5 g; FH: 0.5 g; SÓ: 0.2 g; CA: 10.0 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; Jégcsapretek EN: 6.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.9 g; FH: 0.5 g;	Zala felvágott EN: 72.0 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 2.4 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.1 g; FH: 3.9 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; Paprika EN: 9.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 1.4 g; FH: 0.4 g;	Vaniliás túrókrém * (7;) EN: 25.8 kcal; ZS: 1.0 g; TZS: 0.7 g; SZH: 2.3 g; CK: 1.9 g; FH: 1.8 g; SÓ: 0.0 g; CA: 24.4 mg; teljeskiőrlésű kenyér (1;) 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;
Összesítés	EN: 812.2 kcal; ZS: 25.5 g; TZS: 6.0 g; SZH: 97.0 g; CK: 4.7 g; FH: 40.9 g; SÓ: 4.0 g; CA: 36.0 mg;	EN: 907.5 kcal; ZS: 45.3 g; TZS: 13.0 g; SZH: 85.7 g; CK: 6.0 g; FH: 38.7 g; SÓ: 3.9 g; CA: 208.5 mg;	EN: 849.1 kcal; ZS: 35.1 g; TZS: 10.7 g; SZH: 98.1 g; CK: 5.8 g; FH: 32.2 g; SÓ: 3.4 g; CA: 10.0 mg;	EN: 812.2 kcal; ZS: 28.0 g; TZS: 8.1 g; SZH: 94.8 g; CK: 10.4 g; FH: 41.2 g; SÓ: 3.9 g; CA: 0.0 mg;	EN: 764.0 kcal; ZS: 25.8 g; TZS: 7.9 g; SZH: 93.6 g; CK: 9.5 g; FH: 35.5 g; SÓ: 2.6 g; CA: 46.0 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, szulfitok; 13-Csillagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.