

	Hétfő 03.31	Kedd 04.01	Szerda 04.02	Csütörtök 04.03	Péntek 04.04
Tízórai	Gyümölcs tea EN: 41.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 10.0 g; CK: 10.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Kapros margarin EN: 108.0 kcal; ZS: 12.0 g; TZS: 3.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.1 g; CA: 0.0 mg; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 0.0 g;	Kakaós rizsital EN: 185.8 kcal; ZS: 3.3 g; TZS: 0.6 g; SZH: 37.7 g; CK: 17.5 g; FH: 1.1 g; SÓ: 0.2 g; 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; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 0.0 g; Kígyóuborka EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 g;	Rizs ital EN: 130.0 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.4 g; SZH: 26.0 g; CK: 9.6 g; FH: 0.8 g; SÓ: 0.2 g; 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; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 0.0 g;	Citromos tea EN: 41.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 10.0 g; CK: 10.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; magyaros margarinkrém EN: 216.0 kcal; ZS: 24.0 g; TZS: 7.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.4 g; CA: 0.0 mg; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 0.0 g;	Málna tea EN: 41.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 10.0 g; CK: 10.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Házi sertés húskrém EN: 103.2 kcal; ZS: 7.6 g; TZS: 1.8 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 8.2 g; SÓ: 0.1 g; Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN: 264.3 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 51.7 g; CK: 0.9 g; FH: 9.8 g; SÓ: 0.0 g; Kígyóuborka EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 g;
Ebéd	Zöldségkrémleves (1;12;) EN: 54.1 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.0 g; SZH: 10.1 g; CK: 0.6 g; FH: 2.0 g; SÓ: 2.0 g; CA: 0.0 mg; Fűszerpaprikás csirkeragu EN: 156.8 kcal; ZS: 9.0 g; TZS: 1.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 17.5 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg; Bulgur köret (1;) EN: 281.6 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 56.0 g; CK: 8.0 g; FH: 10.4 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg; 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; Pulykasült D EN: 129.3 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 1.4 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 18.5 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; Tökfőzelék (1;) EN: 201.0 kcal; ZS: 8.0 g; TZS: 0.9 g; SZH: 28.3 g; CK: 5.2 g; FH: 3.5 g; SÓ: 1.2 g;	Cékla leves (12;) EN: 32.6 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 6.7 g; CK: 2.8 g; FH: 1.2 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; Carbonara spagetti (1;7;) EN: 541.2 kcal; ZS: 19.3 g; TZS: 5.7 g; SZH: 67.4 g; CK: 4.7 g; FH: 23.4 g; SÓ: 3.4 g; CA: 26.4 mg;	Tárkonyos zöldségleves (zöldborsómentes) (1;) EN: 113.7 kcal; ZS: 3.1 g; TZS: 0.4 g; SZH: 17.0 g; CK: 1.4 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.0 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 (1;) EN: 165.0 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.5 g; SZH: 31.7 g; CK: 8.5 g; FH: 3.4 g; SÓ: 1.1 g;	Erőleves levestésztával (1;9;12;) EN: 63.4 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 13.0 g; CK: 1.4 g; FH: 2.2 g; SÓ: 2.0 g; Sárgarépás csirkeragu (9;) EN: 137.1 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 1.0 g; SZH: 11.6 g; CK: 0.6 g; FH: 14.8 g; SÓ: 1.1 g; Főtt tészta (1;) EN: 290.3 kcal; ZS: 7.7 g; TZS: 1.0 g; SZH: 46.8 g; CK: 2.3 g; FH: 7.9 g; SÓ: 0.0 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; vizes kifli (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 28.2 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g;	Házi zöldségkrém EN: 31.1 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 0.5 g; SZH: 2.8 g; CK: 1.0 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.8 g; vizes zsemle (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 28.2 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 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; vizes kifli (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 28.2 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 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; vizes zsemle (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 28.2 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; Paprika EN: 23.0 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 4.1 g; FH: 0.8 g;	Cukkinikrém EN: 51.4 kcal; ZS: 4.8 g; TZS: 0.5 g; SZH: 1.1 g; CK: 0.4 g; FH: 0.8 g; SÓ: 0.8 g; vizes kifli (1;) EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 28.2 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g;
Összesítés	EN: 1170.3 kcal; ZS: 32.7 g; TZS: 7.5 g; SZH: 164.5 g; CK: 20.5 g; FH: 49.2 g; SÓ: 5.0 g; CA: 0.0 mg;	EN: 1296.6 kcal; ZS: 42.5 g; TZS: 8.0 g; SZH: 176.3 g; CK: 26.4 g; FH: 46.3 g; SÓ: 4.2 g; CA: 0.0 mg;	EN: 1378.7 kcal; ZS: 49.7 g; TZS: 14.1 g; SZH: 183.1 g; CK: 19.3 g; FH: 46.2 g; SÓ: 5.8 g; CA: 26.4 mg;	EN: 1225.2 kcal; ZS: 49.8 g; TZS: 13.7 g; SZH: 143.4 g; CK: 21.8 g; FH: 45.3 g; SÓ: 3.0 g; CA: 0.0 mg;	EN: 1102.0 kcal; ZS: 25.1 g; TZS: 4.6 g; SZH: 164.1 g; CK: 16.3 g; FH: 49.2 g; SÓ: 4.1 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-Rákfélék; 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.