

	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: 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; margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 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;	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; 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;	Tej 2dl (7;) EN: 92.0 kcal; ZS: 3.0 g; SZH: 10.0 g; CK: 10.0 g; FH: 6.6 g; SÓ: 0.2 g; CA: 240.0 mg; Cukkiníkrém 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; 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;	Kakaó DI * (7;) EN: 91.5 kcal; ZS: 3.2 g; TZS: 2.1 g; SZH: 9.5 g; CK: 0.0 g; FH: 6.0 g; SÓ: 0.3 g; CA: 240.0 mg; diabetikus lekvár * EN: 23.8 kcal; SZH: 5.4 g; CK: 5.4 g; mini margarin EN: 0.5 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SÓ: 0.0 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;	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: 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; 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; Paprika EN: 23.0 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 4.1 g; FH: 0.8 g;
Ebéd	Sertés gulyás leves D (1;9;12;) EN: 117.6 kcal; ZS: 6.1 g; TZS: 1.0 g; SZH: 8.9 g; CK: 0.2 g; FH: 5.9 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg; Káposztás kocka D (1;) EN: 264.4 kcal; ZS: 3.7 g; TZS: 0.5 g; SZH: 48.3 g; CK: 2.1 g; FH: 8.8 g; SÓ: 0.8 g; alma EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; SZH: 7.0 g; FH: 0.4 g;	Csontleves tésztával (1;9;) 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; Húsgombóc (3;) 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; Paradicsom mártás * (1;9;) 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; Főtt burgonya 1/2 (12;) EN: 126.9 kcal; ZS: 0.3 g; SZH: 24.8 g; FH: 3.4 g; SÓ: 0.0 g;	Lebbencs leves (1;9;12;) 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; Szárnyas aprópecsenye 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; Fejtett babfőzelék (1;7;12;) 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;	Tavaszi zöldségleves (1;3;9;) EN: 70.0 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.3 g; SZH: 9.1 g; CK: 2.5 g; FH: 2.2 g; SÓ: 0.1 g; Sárgarépa rizseshús (sertés) EN: 277.6 kcal; ZS: 9.7 g; TZS: 1.6 g; SZH: 34.5 g; CK: 0.4 g; FH: 12.6 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; Csemege uborka * (10;) EN: 12.0 kcal; SZH: 2.5 g; CK: 0.5 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.3 g;	Brokkoli krémleves (1;7;12;) EN: 88.3 kcal; ZS: 3.3 g; TZS: 1.8 g; SZH: 9.9 g; CK: 0.8 g; FH: 3.7 g; SÓ: 1.0 g; CA: 27.0 mg; Egyben szárnyas vagdalt (1;3;) 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; Tökfőzelék * (1;7;) EN: 108.4 kcal; ZS: 5.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 12.4 g; CK: 0.6 g; FH: 2.2 g; SÓ: 0.9 g;
Uzsonna	Magyaros vajkrém (7;) 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; 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;	Tonhalkrém (4;10;) 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; 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; Lilahagyma EN: 40.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 8.3 g; FH: 1.2 g; SÓ: 0.0 g;	Házi sertés húskrém 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; 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;	Tavaszi felvágott 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; margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 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; Kígyóborka EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 g;	Padlizsánkrém (10;) 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; 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;
Összesítés	EN: 1029.2 kcal; ZS: 32.7 g; TZS: 12.2 g; SZH: 146.1 g; CK: 4.8 g; FH: 32.7 g; SÓ: 2.4 g; CA: 15.0 mg;	EN: 928.8 kcal; ZS: 20.5 g; TZS: 6.6 g; SZH: 139.8 g; CK: 6.4 g; FH: 39.1 g; SÓ: 3.8 g; CA: 63.0 mg;	EN: 1101.6 kcal; ZS: 32.5 g; TZS: 5.7 g; SZH: 140.3 g; CK: 16.1 g; FH: 50.5 g; SÓ: 3.5 g; CA: 262.5 mg;	EN: 978.1 kcal; ZS: 25.6 g; TZS: 6.9 g; SZH: 143.3 g; CK: 10.8 g; FH: 38.6 g; SÓ: 1.9 g; CA: 240.0 mg;	EN: 860.0 kcal; ZS: 23.6 g; TZS: 6.4 g; SZH: 120.2 g; CK: 4.2 g; FH: 36.5 g; SÓ: 2.6 g; CA: 54.2 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.