

	Hétfő 03.31	Kedd 04.01	Szerda 04.02	Csütörtök 04.03	Péntek 04.04	Szombat 04.05	Vasárnap 04.06
<b>Reggeli</b>	<b>Tejeskávé DI-TM * (1;)</b> EN: 72.1 kcal; ZS: 1.3 g; TZS: 0.2 g; SZH: 14.3 g; CK: 4.9 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.2 g; <b>Zöldfűszeres tofukrém (6;)</b> EN: 69.4 kcal; ZS: 4.0 g; TZS: 0.7 g; SZH: 0.4 g; CK: 0.2 g; FH: 7.5 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> 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;	<b>Erdei gyümölcs tea</b> EN: 80.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 20.0 g; CK: 20.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; <b>Szardíniakrém (4;)</b> EN: 202.3 kcal; ZS: 21.5 g; TZS: 6.9 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.1 g; FH: 2.1 g; SÓ: 0.2 g; <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> 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; <b>Hónapos retek</b> EN: 8.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; CK: 0.9 g; FH: 0.3 g;	<b>Kakaó *</b> EN: 57.5 kcal; ZS: 4.2 g; TZS: 3.9 g; SZH: 3.9 g; CK: 0.0 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.1 g; <b>Tojásfehérjekrém (3;)</b> EN: 175.6 kcal; ZS: 17.9 g; TZS: 5.6 g; FH: 3.5 g; SÓ: 0.1 g; <b>korpás zsemle (1;6;)</b> EN: 310.3 kcal; ZS: 1.7 g; TZS: 0.1 g; SZH: 59.2 g; CK: 2.2 g; FH: 10.5 g; SÓ: 1.2 g; <b>Jégcsapretek</b> EN: 7.5 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.1 g; FH: 0.6 g;	<b>Erdei gyümölcs tea</b> EN: 80.0 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 20.0 g; CK: 20.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; <b>Rozmaringos tofukrém (6;)</b> EN: 73.2 kcal; ZS: 3.9 g; TZS: 0.6 g; SZH: 3.8 g; CK: 0.7 g; FH: 5.5 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN: 211.4 kcal; ZS: 0.9 g; TZS: 0.1 g; SZH: 41.4 g; CK: 0.7 g; FH: 7.8 g; SÓ: 0.0 g; <b>Kígyóuborka</b> EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 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>Házi sertés húskrém</b> EN: 146.3 kcal; ZS: 12.5 g; TZS: 2.7 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 8.2 g; SÓ: 0.2 g; <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> 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; <b>Paprika</b> EN: 23.0 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 4.1 g; FH: 0.8 g;	<b>Rizs ital</b> 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; <b>Főtt virsli</b> EN: 238.5 kcal; ZS: 20.6 g; TZS: 6.3 g; SZH: 2.4 g; CK: 0.3 g; FH: 10.7 g; SÓ: 2.0 g; <b>zsemle vizes egy db (1;)</b> EN: 153.3 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.0 g; SZH: 31.0 g; CK: 0.9 g; FH: 4.8 g; <b>Hónapos retek</b> EN: 8.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; CK: 0.9 g; FH: 0.3 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>Házi csirkemájkrém</b> EN: 144.4 kcal; ZS: 10.9 g; TZS: 3.7 g; SZH: 1.6 g; CK: 0.0 g; FH: 10.0 g; SÓ: 1.5 g; CA: 0.0 mg; <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> 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; <b>Paradicsom</b> EN: 23.0 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 4.0 g; FH: 1.0 g;
<b>Ebéd</b>	<b>Zöldségkrémleves (1;12;)</b> EN: 76.7 kcal; ZS: 0.8 g; TZS: 0.1 g; SZH: 14.3 g; CK: 1.0 g; FH: 2.7 g; SÓ: 1.0 g; CA: 0.0 mg; <b>Fűszerpaprikás csirkeragu</b> EN: 235.1 kcal; ZS: 16.8 g; TZS: 2.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 19.5 g; SÓ: 2.0 g; CA: 0.0 mg; <b>Bulgur köret (1;)</b> EN: 219.5 kcal; ZS: 2.1 g; TZS: 0.1 g; SZH: 42.0 g; CK: 6.0 g; FH: 7.8 g; SÓ: 0.5 g; CA: 0.0 mg; <b>alma</b> EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; SZH: 7.0 g; FH: 0.4 g;	<b>Magyaros tarhonyaleves (1;12;)</b> EN: 322.4 kcal; ZS: 18.9 g; TZS: 2.1 g; SZH: 31.5 g; CK: 1.0 g; FH: 5.1 g; SÓ: 1.6 g; CA: 0.0 mg; <b>Pulykasült D</b> EN: 128.4 kcal; ZS: 5.0 g; TZS: 1.4 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 20.6 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; <b>Karalábé főzelék (1;)</b> EN: 168.6 kcal; ZS: 2.7 g; TZS: 0.3 g; SZH: 29.3 g; CK: 15.2 g; FH: 4.4 g; SÓ: 1.0 g;	<b>Cékla leves (12;)</b> EN: 42.1 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 8.5 g; CK: 3.4 g; FH: 1.7 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg; <b>Carbonara ragu</b> EN: 258.0 kcal; ZS: 15.9 g; TZS: 2.4 g; SZH: 21.2 g; CK: 1.4 g; FH: 7.0 g; SÓ: 1.9 g; <b>Tészta köret (1;)</b> EN: 296.1 kcal; ZS: 10.2 g; TZS: 1.3 g; SZH: 43.2 g; CK: 2.1 g; FH: 7.3 g; SÓ: 1.4 g;	<b>Tárkonyos zöldségleves (9;)</b> EN: 63.6 kcal; ZS: 4.0 g; TZS: 0.4 g; SZH: 6.0 g; CK: 2.4 g; FH: 1.4 g; SÓ: 1.7 g; CA: 0.0 mg; <b>Zöldfűszeres csirkemell szelet</b> EN: 148.6 kcal; ZS: 6.4 g; TZS: 1.3 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 21.2 g; SÓ: 0.9 g; <b>Parajfőzelék</b> EN: 283.6 kcal; ZS: 3.2 g; TZS: 0.7 g; SZH: 58.7 g; CK: 12.4 g; FH: 4.8 g; SÓ: 1.2 g;	<b>Erőleves levestésztával (1;9;12;)</b> EN: 83.3 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 17.0 g; CK: 1.9 g; FH: 2.9 g; SÓ: 2.0 g; <b>Sertés paprikás (1;)</b> EN: 260.0 kcal; ZS: 14.9 g; TZS: 3.0 g; SZH: 8.3 g; CK: 0.6 g; FH: 21.6 g; SÓ: 0.7 g; CA: 0.0 mg; <b>Tészta köret (1;)</b> EN: 296.1 kcal; ZS: 10.2 g; TZS: 1.3 g; SZH: 43.2 g; CK: 2.1 g; FH: 7.3 g; SÓ: 1.4 g;	<b>Zellerkrémleves (1;9;12;)</b> EN: 111.0 kcal; ZS: 3.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 18.0 g; CK: 2.0 g; FH: 2.4 g; SÓ: 0.6 g; <b>Pirított kenyérkocka (1;)</b> EN: 39.3 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.7 g; CK: 0.1 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.3 g; <b>Sertéshúsos rakott vegyes zöldség</b> EN: 386.5 kcal; ZS: 18.3 g; TZS: 5.8 g; SZH: 34.6 g; CK: 4.7 g; FH: 19.1 g; SÓ: 0.4 g; CA: 0.0 mg;	<b>Zöldbabpüréleves (1;)</b> EN: 150.6 kcal; ZS: 8.1 g; TZS: 0.9 g; SZH: 17.3 g; CK: 3.1 g; FH: 4.1 g; SÓ: 1.7 g; <b>Vadas sertésragu * (1;9;10;12;)</b> EN: 307.7 kcal; ZS: 21.3 g; TZS: 3.2 g; SZH: 14.3 g; CK: 1.7 g; FH: 18.7 g; SÓ: 0.3 g; CA: 0.0 mg; <b>Kuszkusz köret (1;)</b> EN: 255.6 kcal; ZS: 5.0 g; TZS: 0.7 g; SZH: 43.7 g; CK: 1.8 g; FH: 7.9 g; SÓ: 0.6 g;

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.

	Hétfő 03.31	Kedd 04.01	Szerda 04.02	Csütörtök 04.03	Péntek 04.04	Szombat 04.05	Vasárnap 04.06
<b>Vacsora</b>	<b>Csirkemell sonka</b> EN: 45.0 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 2.5 g; CK: 0.3 g; FH: 8.0 g; SÓ: 1.4 g; <b>margarin</b> EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g;  <b>félbarna kenyér (1;)</b> EN: 248.0 kcal; ZS: 0.9 g; TZS: 0.3 g; SZH: 51.9 g; CK: 0.2 g; FH: 6.8 g; SÓ: 1.1 g; <b>Paprika</b> EN: 23.0 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 4.1 g; FH: 0.8 g;	<b>Egyben szárnyasvagdalt</b> EN: 157.2 kcal; ZS: 3.4 g; TZS: 1.2 g; SZH: 17.6 g; CK: 0.1 g; FH: 13.7 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; <b>Burgonyafőzelék, tm (1;12;)</b> EN: 188.8 kcal; ZS: 7.7 g; TZS: 0.9 g; SZH: 24.6 g; CK: 0.1 g; FH: 3.3 g; SÓ: 0.9 g;	<b>Zöldséges felvágott</b> EN: 93.5 kcal; ZS: 7.5 g; TZS: 2.9 g; SZH: 2.0 g; CK: 0.3 g; FH: 4.5 g; SÓ: 1.2 g; <b>margarin</b> EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g;  <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN: 211.4 kcal; ZS: 0.9 g; TZS: 0.1 g; SZH: 41.4 g; CK: 0.7 g; FH: 7.8 g; SÓ: 0.0 g; <b>Paradicsom</b> EN: 23.0 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 4.0 g; FH: 1.0 g;	<b>Sült csirkemáj</b> EN: 322.3 kcal; ZS: 19.0 g; TZS: 3.0 g; SZH: 4.4 g; FH: 33.4 g; SÓ: 1.9 g;  <b>Csőben sült sárgarépa (1;3;)</b> EN: 248.8 kcal; ZS: 4.0 g; TZS: 0.9 g; SZH: 44.8 g; CK: 13.6 g; FH: 7.1 g; SÓ: 0.9 g;	<b>Sertés párizsi</b> EN: 115.0 kcal; ZS: 10.0 g; TZS: 4.0 g; SZH: 1.3 g; CK: 0.1 g; FH: 5.0 g; SÓ: 1.0 g;  <b>margarin</b> EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g;  <b>Korpás kifli (1;7;)</b> EN: 297.0 kcal; ZS: 2.5 g; TZS: 1.1 g; SZH: 56.0 g; CK: 2.3 g; FH: 10.0 g; SÓ: 1.4 g;	<b>Cézársaláta (3;10;)</b> EN: 263.3 kcal; ZS: 13.8 g; TZS: 2.3 g; SZH: 9.0 g; CK: 2.6 g; FH: 24.0 g; SÓ: 1.0 g; CA: 0.0 mg; <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN: 211.4 kcal; ZS: 0.9 g; TZS: 0.1 g; SZH: 41.4 g; CK: 0.7 g; FH: 7.8 g; SÓ: 0.0 g;	<b>Pulyka pizzasonka (6;)</b> EN: 58.5 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 1.1 g; SZH: 0.5 g; CK: 0.2 g; FH: 7.5 g; SÓ: 1.3 g; <b>margarin</b> EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g;  <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN: 237.9 kcal; ZS: 1.0 g; TZS: 0.1 g; SZH: 46.5 g; CK: 0.8 g; FH: 8.8 g; SÓ: 0.0 g; <b>Kápia paprika</b> EN: 12.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 1.9 g; CK: 1.0 g; FH: 0.6 g;
<b>Összesítés</b>	EN: 1351.0 kcal; ZS: 35.1 g; TZS: 6.0 g; SZH: 188.3 g; CK: 13.5 g; FH: 63.9 g; SÓ: 7.5 g; CA: 0.0 mg;	EN: 1519.9 kcal; ZS: 60.4 g; TZS: 13.0 g; SZH: 176.4 g; CK: 38.3 g; FH: 59.3 g; SÓ: 6.1 g; CA: 0.0 mg;	EN: 1538.0 kcal; ZS: 65.7 g; TZS: 17.7 g; SZH: 184.4 g; CK: 10.1 g; FH: 44.5 g; SÓ: 6.9 g; CA: 0.0 mg;	EN: 1443.3 kcal; ZS: 41.4 g; TZS: 7.0 g; SZH: 180.7 g; CK: 49.8 g; FH: 82.2 g; SÓ: 6.7 g; CA: 0.0 mg;	EN: 1548.0 kcal; ZS: 58.6 g; TZS: 13.8 g; SZH: 181.7 g; CK: 7.8 g; FH: 65.7 g; SÓ: 6.6 g; CA: 0.0 mg;	EN: 1541.3 kcal; ZS: 60.4 g; TZS: 15.4 g; SZH: 171.8 g; CK: 21.8 g; FH: 71.4 g; SÓ: 4.5 g; CA: 0.0 mg;	EN: 1516.9 kcal; ZS: 57.7 g; TZS: 11.3 g; SZH: 181.4 g; CK: 9.6 g; FH: 68.4 g; SÓ: 5.3 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, szulfidok; 13-Csillagfűrt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.