

	Hétfő 03.31	Kedd 04.01	Szerda 04.02	Csütörtök 04.03	Péntek 04.04
Reggeli	Gyümölcs tea EN: 25.6 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 6.3 g; CK: 6.3 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Csirkemell sonka EN: 13.5 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 0.8 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; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;	Kakaós rizsital EN: 103.2 kcal; ZS: 1.9 g; TZS: 0.3 g; SZH: 21.0 g; CK: 9.7 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.1 g; Szardíniakrém (4;) EN: 29.9 kcal; ZS: 3.1 g; TZS: 1.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.5 g; SÓ: 0.0 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Kígyóborka 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: 28.0 kcal; ZS: 2.3 g; TZS: 0.9 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.1 g; FH: 1.3 g; SÓ: 0.4 g; margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;	Citromos tea EN: 20.5 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 5.0 g; CK: 5.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Zala felvágott EN: 36.0 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 1.2 g; SZH: 0.3 g; CK: 0.1 g; FH: 2.0 g; SÓ: 0.3 g; margarin EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g;	Málna tea EN: 25.6 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 6.3 g; CK: 6.3 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Házi sertés húskrém EN: 65.8 kcal; ZS: 5.9 g; TZS: 1.3 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 3.1 g; SÓ: 0.1 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Kígyóborka EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 g;
Tízórai	Narancsos répaturmix EN: 7.5 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 1.5 g; CK: 0.7 g; FH: 0.1 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	alma EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; SZH: 7.0 g; FH: 0.4 g;	Narancs EN: 41.0 kcal; SZH: 8.5 g; FH: 0.6 g;	körte EN: 52.0 kcal; SZH: 12.0 g; CK: 1.5 g; FH: 0.4 g;	Smoothie EN: 76.1 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 16.8 g; CK: 0.7 g; FH: 0.8 g;
Ebéd	Paradicsomleves (9;) EN: 151.9 kcal; ZS: 2.7 g; TZS: 0.3 g; SZH: 28.7 g; CK: 12.7 g; FH: 3.0 g; SÓ: 0.7 g; Zöldborsós csirkeragu (9;) EN: 139.9 kcal; ZS: 7.9 g; TZS: 1.8 g; SZH: 6.1 g; CK: 0.0 g; FH: 9.7 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; Főtt burgonya (12;) EN: 94.0 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 18.4 g; FH: 2.5 g; SÓ: 0.5 g; alma EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; SZH: 7.0 g; FH: 0.4 g;	Sertés pörkölt EN: 100.3 kcal; ZS: 5.8 g; TZS: 1.2 g; SZH: 1.9 g; CK: 0.0 g; FH: 9.3 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg; Zöldbabfőzelék EN: 96.9 kcal; ZS: 2.8 g; TZS: 0.3 g; SZH: 17.0 g; CK: 2.8 g; FH: 3.2 g; SÓ: 0.6 g;	Majorannás sertésragu EN: 82.3 kcal; ZS: 3.3 g; TZS: 0.9 g; SZH: 3.3 g; CK: 0.5 g; FH: 9.3 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg; Sárgarépa főzelék EN: 64.0 kcal; ZS: 2.0 g; TZS: 0.2 g; SZH: 10.3 g; CK: 0.6 g; FH: 1.1 g; SÓ: 0.6 g; CA: 0.0 mg;	Zöldfűszeres csirkemell szelet EN: 61.3 kcal; ZS: 2.8 g; TZS: 0.6 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 8.5 g; SÓ: 0.4 g; Parajfőzelék EN: 82.0 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.2 g; SZH: 16.5 g; CK: 4.1 g; FH: 1.3 g; SÓ: 0.5 g;	Vadas csirkeragu (9;10;12;) EN: 104.0 kcal; ZS: 4.6 g; TZS: 0.9 g; SZH: 6.9 g; CK: 0.8 g; FH: 8.0 g; SÓ: 0.1 g; Tészta köret EN: 180.8 kcal; ZS: 1.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 39.5 g; FH: 2.8 g; SÓ: 0.7 g;
Uzsonna	Házi babkrém Puffasztott rizs (ripsz-ropsz) EN: 75.4 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 15.7 g; CK: 0.2 g; FH: 1.6 g; SÓ: 0.0 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;	Házi zöldségkrém EN: 15.1 kcal; ZS: 0.7 g; TZS: 0.2 g; SZH: 1.6 g; CK: 0.6 g; FH: 0.3 g; SÓ: 0.3 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Gyümölcs tea EN: 25.6 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 6.3 g; CK: 6.3 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	sült paprikakrém EN: 112.2 kcal; ZS: 12.0 g; TZS: 3.8 g; SZH: 0.7 g; CK: 0.1 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.1 g; Abonett EN: 34.6 kcal; ZS: 0.3 g; TZS: 0.1 g; SZH: 6.0 g; CK: 0.1 g; FH: 1.5 g; SÓ: 0.1 g; Jégcsapretek EN: 3.0 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.4 g; FH: 0.2 g; Gyümölcs tea EN: 25.6 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 6.3 g; CK: 6.3 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg;	Brokkolikrém EN: 28.7 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 1.4 g; SZH: 0.2 g; CK: 0.1 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.2 g; Gluténmentes kenyér EN: 206.0 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 1.2 g; SZH: 43.2 g; CK: 1.9 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; Paprika EN: 23.0 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 4.1 g; FH: 0.8 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;	Cukkinikrém EN: 20.3 kcal; ZS: 1.7 g; TZS: 0.2 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.2 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.3 g; Puffasztott rizs (ripsz-ropsz) EN: 75.4 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 15.7 g; CK: 0.2 g; FH: 1.6 g; SÓ: 0.0 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;
Összesítés	EN: 910.3 kcal; ZS: 19.5 g; TZS: 4.6 g; SZH: 153.6 g; CK: 31.4 g; FH: 23.5 g; SÓ: 4.0 g; CA: 0.0 mg;	EN: 830.1 kcal; ZS: 18.1 g; TZS: 5.4 g; SZH: 142.9 g; CK: 23.1 g; FH: 21.3 g; SÓ: 4.4 g; CA: 0.0 mg;	EN: 758.3 kcal; ZS: 27.6 g; TZS: 8.4 g; SZH: 105.3 g; CK: 19.2 g; FH: 18.0 g; SÓ: 3.4 g; CA: 0.0 mg;	EN: 877.0 kcal; ZS: 19.5 g; TZS: 7.0 g; SZH: 150.5 g; CK: 24.2 g; FH: 20.0 g; SÓ: 4.3 g; CA: 0.0 mg;	EN: 896.0 kcal; ZS: 18.4 g; TZS: 4.2 g; SZH: 156.7 g; CK: 19.6 g; FH: 21.5 g; SÓ: 2.7 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-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.