

	Hétfő 03.24	Kedd 03.25	Szerda 03.26	Csütörtök 03.27	Péntek 03.28
<b>Tízórai</b>	<b>Citromos tea</b> 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; <b>Mátrai csemege szalámi</b> EN: 96.0 kcal; ZS: 9.0 g; TZS: 3.8 g; SZH: 0.2 g; CK: 0.1 g; FH: 3.6 g; SÓ: 0.6 g; <b>margarin</b> EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 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>Gyümölcs tea</b> 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; <b>Zöldfűszeres margarin</b> EN: 81.7 kcal; ZS: 9.0 g; TZS: 2.9 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 0.1 g; SÓ: 0.0 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>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>Cukkiníkrém</b> 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; <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>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>lekvár</b> EN: 66.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 16.0 g; CK: 15.8 g; FH: 0.1 g; SÓ: 0.0 g; <b>mini margarin</b> EN: 1.1 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SÓ: 0.0 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>Gyümölcs tea</b> 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; <b>Sonkakrém</b> EN: 99.5 kcal; ZS: 8.7 g; TZS: 3.0 g; SZH: 1.1 g; CK: 0.6 g; FH: 4.2 g; SÓ: 0.8 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>Ebéd</b>	<b>Sertés gulyás leves D (1;9;12;)</b> EN: 157.0 kcal; ZS: 8.1 g; TZS: 1.3 g; SZH: 11.9 g; CK: 0.3 g; FH: 7.9 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg; <b>Káposztás kocka D (1;)</b> EN: 352.5 kcal; ZS: 4.9 g; TZS: 0.7 g; SZH: 64.5 g; CK: 2.8 g; FH: 11.7 g; SÓ: 1.1 g; <b>alma</b> EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; SZH: 7.0 g; FH: 0.4 g;	<b>Csontleves tésztával (1;9;)</b> EN: 95.2 kcal; ZS: 0.5 g; TZS: 0.2 g; SZH: 17.2 g; CK: 3.2 g; FH: 4.2 g; SÓ: 0.4 g; CA: 0.0 mg; <b>Húsgombóc (3;)</b> EN: 179.6 kcal; ZS: 5.8 g; TZS: 4.5 g; SZH: 15.8 g; CK: 0.0 g; FH: 15.5 g; SÓ: 1.1 g; <b>Kapor mártás (1;)</b> EN: 88.4 kcal; ZS: 5.0 g; TZS: 0.6 g; SZH: 9.7 g; CK: 1.0 g; FH: 1.1 g; SÓ: 1.0 g; <b>Főtt burgonya 1/2 (12;)</b> EN: 169.2 kcal; ZS: 0.4 g; SZH: 33.1 g; FH: 4.5 g; SÓ: 0.0 g;	<b>Lebbencs leves (12;)</b> EN: 160.3 kcal; ZS: 7.4 g; TZS: 1.4 g; SZH: 20.1 g; CK: 0.0 g; FH: 2.1 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg; <b>Szárnyas aprópecsenye</b> EN: 158.4 kcal; ZS: 9.2 g; TZS: 1.9 g; SZH: 3.0 g; CK: 0.0 g; FH: 15.2 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; <b>Fejtett babfőzelék (1;)</b> EN: 178.3 kcal; ZS: 6.1 g; TZS: 0.7 g; SZH: 19.3 g; CK: 1.5 g; FH: 7.9 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg;	<b>Tavaszi zöldségleves (1;3;9;)</b> EN: 93.3 kcal; ZS: 3.4 g; TZS: 0.4 g; SZH: 12.1 g; CK: 3.3 g; FH: 2.9 g; SÓ: 0.1 g; <b>Sárgarépas rizseshús (sertés)</b> EN: 449.0 kcal; ZS: 16.1 g; TZS: 3.0 g; SZH: 50.2 g; CK: 0.4 g; FH: 24.7 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; <b>Csemege uborka (10;12;)</b> EN: 7.7 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.3 g; CK: 0.3 g; FH: 0.6 g; SÓ: 1.2 g;	<b>Brokkoli krémleves (1;12;)</b> EN: 148.4 kcal; ZS: 2.2 g; TZS: 0.3 g; SZH: 28.4 g; CK: 7.8 g; FH: 3.0 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg; <b>Egyben szárnyas vagdalt (1;3;)</b> EN: 184.1 kcal; ZS: 6.8 g; TZS: 1.4 g; SZH: 14.9 g; CK: 0.2 g; FH: 15.3 g; SÓ: 0.3 g; CA: 0.0 mg; <b>Tököfőzelék (1;)</b> 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;
<b>Uzsonna</b>	<b>magyaros margarinkrém</b> 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; <b>vizes zsemle (1;)</b> EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 28.2 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g;	<b>Tonhalkrém (4;10;)</b> EN: 138.0 kcal; ZS: 13.1 g; TZS: 4.1 g; SZH: 0.3 g; CK: 0.1 g; FH: 4.7 g; SÓ: 0.3 g; <b>vizes kifli (1;)</b> EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 28.2 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; <b>Lilahagyma</b> EN: 40.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 8.3 g; FH: 1.2 g; SÓ: 0.0 g;	<b>Házi sertés húskrém</b> EN: 76.0 kcal; ZS: 6.5 g; TZS: 1.4 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 4.1 g; SÓ: 0.1 g; <b>vizes zsemle (1;)</b> EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 28.2 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; <b>Paprika</b> EN: 23.0 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 4.1 g; FH: 0.8 g;	<b>Tavaszi felvágott</b> 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; <b>margarin</b> EN: 63.0 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 1.6 g; <b>vizes kifli (1;)</b> EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 28.2 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g; <b>Kígyóuborka</b> EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 g;	<b>Padlizsánkrém (10;)</b> EN: 66.6 kcal; ZS: 6.2 g; TZS: 1.9 g; SZH: 2.0 g; CK: 0.1 g; FH: 0.6 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; <b>vizes zsemle (1;)</b> EN: 139.4 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.0 g; SZH: 28.2 g; CK: 0.9 g; FH: 4.4 g;
<b>Összesítés</b>	EN: 1364.2 kcal; ZS: 55.2 g; TZS: 15.1 g; SZH: 173.5 g; CK: 15.0 g; FH: 37.8 g; SÓ: 3.1 g; CA: 0.0 mg;	EN: 1236.6 kcal; ZS: 35.6 g; TZS: 12.4 g; SZH: 174.5 g; CK: 16.0 g; FH: 45.4 g; SÓ: 3.0 g; CA: 0.0 mg;	EN: 1181.2 kcal; ZS: 38.6 g; TZS: 6.4 g; SZH: 153.6 g; CK: 13.3 g; FH: 45.8 g; SÓ: 4.4 g; CA: 0.0 mg;	EN: 1308.9 kcal; ZS: 38.5 g; TZS: 8.5 g; SZH: 188.2 g; CK: 31.4 g; FH: 47.9 g; SÓ: 3.3 g; CA: 0.0 mg;	EN: 1167.2 kcal; ZS: 34.0 g; TZS: 7.6 g; SZH: 168.7 g; CK: 25.7 g; FH: 41.5 g; SÓ: 4.5 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-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.