

	Hétfő 03.31	Kedd 04.01	Szerda 04.02	Csütörtök 04.03	Péntek 04.04
Tízórai	Gyümölcs tea EN: 35.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 8.8 g; CK: 8.8 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Kapros margarin EN: 54.0 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 1.9 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 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: 165.2 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 0.5 g; SZH: 33.5 g; CK: 15.6 g; FH: 1.0 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: 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; 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: 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;	Citromos tea EN: 36.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 9.0 g; CK: 9.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; magyaros margarinkrém EN: 162.0 kcal; ZS: 18.0 g; TZS: 5.7 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: 35.9 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 8.8 g; CK: 8.8 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Házi sertés húskrém EN: 88.4 kcal; ZS: 6.9 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 6.2 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: 47.0 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 8.7 g; CK: 0.5 g; FH: 1.7 g; SÓ: 1.8 g; CA: 0.0 mg; Fűszerpaprikás csirkeragu EN: 144.9 kcal; ZS: 8.6 g; TZS: 1.7 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 15.6 g; SÓ: 1.3 g; CA: 0.0 mg; Bulgur köret (1;) EN: 246.4 kcal; ZS: 1.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 49.0 g; CK: 7.0 g; FH: 9.1 g; SÓ: 0.7 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: 190.5 kcal; ZS: 9.6 g; TZS: 1.1 g; SZH: 21.6 g; CK: 0.6 g; FH: 3.4 g; SÓ: 0.5 g; CA: 0.0 mg; Pulykasült D EN: 115.2 kcal; ZS: 5.4 g; TZS: 1.3 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 16.5 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg; Tökfőzelék (1;) EN: 179.6 kcal; ZS: 7.0 g; TZS: 0.8 g; SZH: 25.6 g; CK: 5.0 g; FH: 3.1 g; SÓ: 1.0 g;	Cékla leves (12;) EN: 31.2 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SZH: 6.4 g; CK: 2.8 g; FH: 1.2 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg; Carbonara spagetti (1;7;) EN: 470.6 kcal; ZS: 16.4 g; TZS: 5.0 g; SZH: 59.2 g; CK: 4.2 g; FH: 20.7 g; SÓ: 3.0 g; CA: 24.0 mg;	Tárkonyos zöldségleves (zöldborsómentes) (1;) EN: 100.3 kcal; ZS: 2.7 g; TZS: 0.3 g; SZH: 15.1 g; CK: 1.3 g; FH: 3.4 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Zöldfűszeres csirkemell szelet EN: 113.2 kcal; ZS: 4.5 g; TZS: 1.0 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 17.0 g; SÓ: 0.6 g; Parajfőzelék (1;) EN: 161.4 kcal; ZS: 2.5 g; TZS: 0.5 g; SZH: 31.1 g; CK: 7.9 g; FH: 3.3 g; SÓ: 1.1 g;	Erőleves levestésztával (1;9;12;) EN: 58.7 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 12.0 g; CK: 1.4 g; FH: 2.1 g; SÓ: 1.0 g; Sárgarépás csirkeragu (9;) EN: 147.0 kcal; ZS: 3.3 g; TZS: 1.1 g; SZH: 11.2 g; CK: 0.6 g; FH: 16.7 g; SÓ: 1.3 g; Főtt tészta (1;) EN: 265.0 kcal; ZS: 6.8 g; TZS: 0.9 g; SZH: 43.2 g; CK: 2.1 g; FH: 7.3 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: 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;	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: 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; Jégcsapretek EN: 4.5 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.7 g; FH: 0.4 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: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 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; 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: 1025.4 kcal; ZS: 22.5 g; TZS: 4.6 g; SZH: 154.8 g; CK: 18.2 g; FH: 45.7 g; SÓ: 4.7 g; CA: 0.0 mg;	EN: 1189.7 kcal; ZS: 36.9 g; TZS: 6.9 g; SZH: 165.6 g; CK: 24.3 g; FH: 43.2 g; SÓ: 3.9 g; CA: 0.0 mg;	EN: 1242.2 kcal; ZS: 39.7 g; TZS: 11.8 g; SZH: 174.4 g; CK: 18.7 g; FH: 43.4 g; SÓ: 5.3 g; CA: 24.0 mg;	EN: 1104.0 kcal; ZS: 39.3 g; TZS: 10.8 g; SZH: 139.8 g; CK: 20.1 g; FH: 42.6 g; SÓ: 2.8 g; CA: 0.0 mg;	EN: 1061.9 kcal; ZS: 23.9 g; TZS: 4.4 g; SZH: 157.9 g; CK: 14.9 g; FH: 48.2 g; SÓ: 3.3 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-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.