

	Hétfő 03.31	Kedd 04.01	Szerda 04.02	Csütörtök 04.03	Péntek 04.04
<b>Tízórai</b>	<b>Gyümölcs tea</b> EN: 30.7 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.5 g; CK: 7.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; <b>margarin</b> EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 0.8 g; <b>Foszlós kalács (1;3;6;7;13;)</b> EN: 148.8 kcal; ZS: 3.7 g; TZS: 1.5 g; SZH: 26.0 g; CK: 4.2 g; FH: 4.2 g; SÓ: 0.3 g;	<b>Kakaó (7;)</b> EN: 124.6 kcal; ZS: 3.2 g; TZS: 0.1 g; SZH: 17.1 g; CK: 17.0 g; FH: 6.8 g; SÓ: 0.2 g; CA: 240.0 mg; <b>Baromfi párizsi</b> EN: 40.6 kcal; ZS: 3.4 g; TZS: 1.2 g; SZH: 0.3 g; CK: 0.2 g; FH: 2.2 g; SÓ: 0.4 g; <b>margarin</b> EN: 31.5 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 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>Kígyóborka</b> EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 g;	<b>Tej 2dl (7;)</b> 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; <b>sült paprikakrém</b> EN: 112.5 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; <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>Citromos tea</b> EN: 28.7 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.0 g; CK: 7.0 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; <b>Körözött (7;)</b> EN: 40.5 kcal; ZS: 2.7 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.6 g; FH: 3.0 g; SÓ: 0.1 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>Málna tea</b> EN: 30.7 kcal; ZS: 0.0 g; TZS: 0.0 g; SZH: 7.5 g; CK: 7.5 g; FH: 0.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; <b>Zöldfűszeres vajkrém (7;)</b> EN: 21.6 kcal; ZS: 2.0 g; TZS: 1.3 g; SZH: 0.4 g; CK: 0.3 g; FH: 0.5 g; SÓ: 0.1 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>Kígyóborka</b> EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 g;
<b>Ebéd</b>	<b>Paradicsomleves (1;9;)</b> EN: 148.6 kcal; ZS: 3.3 g; TZS: 0.4 g; SZH: 25.3 g; CK: 10.2 g; FH: 3.4 g; SÓ: 0.7 g; <b>Zöldborsós csirkeragu (1;9;)</b> EN: 136.8 kcal; ZS: 6.6 g; TZS: 1.1 g; SZH: 7.1 g; CK: 0.0 g; FH: 10.7 g; SÓ: 1.0 g; CA: 0.0 mg; <b>Bulgur köret (1;)</b> EN: 211.2 kcal; ZS: 1.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 42.0 g; CK: 6.0 g; FH: 7.8 g; SÓ: 0.6 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: 180.3 kcal; ZS: 9.5 g; TZS: 1.1 g; SZH: 19.5 g; CK: 0.5 g; FH: 3.1 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; <b>Csirkepörkölt</b> EN: 107.5 kcal; ZS: 6.2 g; TZS: 1.2 g; SZH: 1.6 g; CK: 0.0 g; FH: 10.5 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg; <b>Zöldbabfőzelék (1;7;)</b> EN: 97.6 kcal; ZS: 2.8 g; TZS: 0.1 g; SZH: 12.7 g; CK: 3.1 g; FH: 4.3 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg;	<b>Karfiolleves (1;)</b> EN: 80.4 kcal; ZS: 5.2 g; TZS: 0.6 g; SZH: 6.5 g; CK: 0.2 g; FH: 1.8 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; <b>Bolognai spagetti (csirkehússal) (1;)</b> EN: 292.5 kcal; ZS: 2.9 g; TZS: 1.0 g; SZH: 46.8 g; CK: 4.2 g; FH: 18.4 g; SÓ: 0.7 g; CA: 0.0 mg;	<b>Tárkonyos zöldségleves (1;9;)</b> EN: 70.0 kcal; ZS: 2.3 g; TZS: 0.3 g; SZH: 10.5 g; CK: 1.7 g; FH: 2.1 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; <b>Zöldfűszeres csirkemell szelet</b> EN: 87.3 kcal; ZS: 3.6 g; TZS: 0.8 g; SZH: 0.0 g; CK: 0.0 g; FH: 12.7 g; SÓ: 0.5 g; <b>Parajfőzelék (1;7;)</b> EN: 70.1 kcal; ZS: 1.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 8.9 g; CK: 1.5 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.7 g; CA: 36.0 mg;	<b>Erőleves levestésztával (1;9;12;)</b> EN: 50.8 kcal; ZS: 0.2 g; TZS: 0.0 g; SZH: 10.4 g; CK: 1.1 g; FH: 1.8 g; SÓ: 1.0 g; <b>Vadas csirkeragu (1;7;9;10;12;)</b> EN: 139.8 kcal; ZS: 6.8 g; TZS: 2.0 g; SZH: 9.5 g; CK: 3.5 g; FH: 9.1 g; SÓ: 0.1 g; CA: 16.2 mg; <b>Főtt tészta (1;)</b> EN: 222.1 kcal; ZS: 5.8 g; TZS: 0.8 g; SZH: 36.0 g; CK: 1.8 g; FH: 6.1 g; SÓ: 0.0 g;
<b>Uzsonna</b>	<b>Házi vajkrém (7;)</b> EN: 61.3 kcal; ZS: 3.6 g; TZS: 2.3 g; SZH: 5.3 g; CK: 0.2 g; FH: 2.7 g; SÓ: 0.4 g; CA: 5.0 mg; <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>Kockasajt, natúr (7;)</b> EN: 70.5 kcal; ZS: 5.5 g; TZS: 3.8 g; SZH: 1.8 g; FH: 3.3 g; SÓ: 0.5 g; CA: 172.5 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>Natúr vajkrém (7;)</b> EN: 34.8 kcal; ZS: 3.5 g; TZS: 2.3 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.2 g; FH: 0.2 g; SÓ: 0.1 g; CA: 5.0 mg; <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>Jégcsapretek</b> EN: 4.5 kcal; ZS: 0.0 g; SZH: 0.7 g; FH: 0.4 g;	<b>Brokkolikrém</b> EN: 57.4 kcal; ZS: 6.1 g; TZS: 2.8 g; SZH: 0.4 g; CK: 0.2 g; FH: 0.5 g; SÓ: 0.2 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>Kakaós csiga (1;3;6;13;)</b> EN: 199.4 kcal; ZS: 8.6 g; TZS: 4.0 g; SZH: 31.5 g; CK: 11.5 g; FH: 3.8 g; SÓ: 0.2 g;
<b>Összesítés</b>	EN: 943.3 kcal; ZS: 22.9 g; TZS: 6.2 g; SZH: 148.4 g; CK: 29.0 g; FH: 33.5 g; SÓ: 3.0 g; CA: 5.0 mg;	EN: 1068.3 kcal; ZS: 36.1 g; TZS: 8.4 g; SZH: 134.5 g; CK: 22.7 g; FH: 45.3 g; SÓ: 3.9 g; CA: 412.5 mg;	EN: 1020.4 kcal; ZS: 28.5 g; TZS: 7.7 g; SZH: 145.2 g; CK: 16.5 g; FH: 41.8 g; SÓ: 1.1 g; CA: 245.0 mg;	EN: 780.7 kcal; ZS: 18.1 g; TZS: 5.8 g; SZH: 111.5 g; CK: 12.8 g; FH: 37.2 g; SÓ: 2.4 g; CA: 36.0 mg;	EN: 940.7 kcal; ZS: 24.7 g; TZS: 8.2 g; SZH: 148.7 g; CK: 26.6 g; FH: 32.2 g; SÓ: 1.4 g; CA: 16.2 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.