

| | Hétfő 03.24 | Kedd 03.25 | Szerda 03.26 | Csütörtök 03.27 | Péntek 03.28 |
|-------------------|--|--|---|---|---|
| Tízórai | 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; Mátrai csemege szalámi 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; 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; | 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; Zöldfűszeres margarin EN: 54.6 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 1.9 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 0.1 g; SÓ: 0.0 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; | 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: 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; 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; lekvár EN: 66.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 16.0 g; CK: 15.8 g; FH: 0.1 g; SÓ: 0.0 g; mini margarin EN: 0.5 kcal; ZS: 0.1 g; TZS: 0.0 g; SÓ: 0.0 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; | 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; Sonkakrém 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; 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; Paprika EN: 23.0 kcal; ZS: 0.2 g; SZH: 4.1 g; FH: 0.8 g; |
| Ébéd | Sertés gulyás leves D (1;9;12;) EN: 137.3 kcal; ZS: 7.1 g; TZS: 1.1 g; SZH: 10.4 g; CK: 0.2 g; FH: 6.9 g; SÓ: 0.9 g; CA: 0.0 mg; Káposztás kocka D (1;) EN: 308.4 kcal; ZS: 4.3 g; TZS: 0.6 g; SZH: 56.4 g; CK: 2.5 g; FH: 10.2 g; SÓ: 0.9 g; alma EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; SZH: 7.0 g; FH: 0.4 g; | Csontleves tésztával (1;9;) EN: 80.2 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.1 g; SZH: 15.1 g; CK: 3.1 g; FH: 3.3 g; SÓ: 2.3 g; CA: 0.0 mg; Húsgombóc (3;) EN: 157.1 kcal; ZS: 5.1 g; TZS: 3.9 g; SZH: 13.8 g; CK: 0.0 g; FH: 13.6 g; SÓ: 1.0 g; Paradicsom mártás (1;9;) EN: 190.1 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.1 g; SZH: 40.6 g; CK: 23.3 g; FH: 3.7 g; SÓ: 0.1 g; Főtt burgonya 1/2 (12;) EN: 148.1 kcal; ZS: 0.3 g; SZH: 29.0 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.0 g; | Lebbencs leves (1;9;12;) EN: 202.7 kcal; ZS: 6.5 g; TZS: 1.2 g; SZH: 29.7 g; CK: 1.4 g; FH: 5.1 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg; Szárnyas aprópecsenye EN: 145.1 kcal; ZS: 8.7 g; TZS: 1.7 g; SZH: 3.0 g; CK: 0.0 g; FH: 13.1 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; Fejtett babfőzelék (1;) EN: 154.5 kcal; ZS: 5.3 g; TZS: 0.6 g; SZH: 16.7 g; CK: 1.3 g; FH: 6.8 g; SÓ: 0.8 g; CA: 0.0 mg; | Tavaszi zöldségleves (1;3;9;) EN: 81.6 kcal; ZS: 3.0 g; TZS: 0.4 g; SZH: 10.6 g; CK: 2.9 g; FH: 2.6 g; SÓ: 0.1 g; Sárgarépa rizseshús (sertés) EN: 360.8 kcal; ZS: 12.6 g; TZS: 2.2 g; SZH: 43.1 g; CK: 0.6 g; FH: 17.8 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg; Csemege uborka * (10;12;) EN: 6.6 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.1 g; CK: 0.2 g; FH: 0.5 g; SÓ: 1.0 g; | Brokkoli krémleves (1;12;) EN: 136.3 kcal; ZS: 2.1 g; TZS: 0.3 g; SZH: 26.1 g; CK: 7.3 g; FH: 2.7 g; SÓ: 1.2 g; CA: 0.0 mg; Egyben szárnyas vagdalt (1;3;) EN: 164.0 kcal; ZS: 6.0 g; TZS: 1.2 g; SZH: 13.7 g; CK: 0.2 g; FH: 13.4 g; SÓ: 0.2 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; |
| Uzsonna | 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; 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; | Tonhalkrém (4;10;) EN: 137.9 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; 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; Lilahagyma EN: 40.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 8.3 g; FH: 1.2 g; SÓ: 0.0 g; | Házi sertés húskrém EN: 71.4 kcal; ZS: 6.3 g; TZS: 1.3 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 3.6 g; SÓ: 0.1 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; | 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; Kígyóuborka EN: 12.0 kcal; ZS: 0.1 g; SZH: 1.7 g; FH: 1.0 g; | Padlizsánkrém (10;) 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; 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; |
| Összesítés | EN: 1210.8 kcal; ZS: 44.0 g; TZS: 12.2 g; SZH: 162.9 g; CK: 13.6 g; FH: 35.4 g; SÓ: 2.8 g; CA: 0.0 mg; | EN: 1247.6 kcal; ZS: 27.4 g; TZS: 10.2 g; SZH: 195.7 g; CK: 37.0 g; FH: 44.6 g; SÓ: 3.7 g; CA: 0.0 mg; | EN: 1181.8 kcal; ZS: 36.1 g; TZS: 5.9 g; SZH: 160.5 g; CK: 14.5 g; FH: 45.2 g; SÓ: 4.2 g; CA: 0.0 mg; | EN: 1211.0 kcal; ZS: 31.4 g; TZS: 7.1 g; SZH: 187.0 g; CK: 37.0 g; FH: 40.7 g; SÓ: 3.1 g; CA: 0.0 mg; | EN: 1108.5 kcal; ZS: 31.9 g; TZS: 7.3 g; SZH: 161.2 g; CK: 23.8 g; FH: 38.9 g; SÓ: 4.1 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-Hal; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csillagfű; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.