

	Hétfő 03.31	Kedd 04.01	Szerda 04.02	Csütörtök 04.03	Péntek 04.04
Tízórai	Gyümölcs tea 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; 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: 144.5 kcal; ZS: 2.6 g; TZS: 0.5 g; SZH: 29.3 g; CK: 13.6 g; FH: 0.9 g; SÓ: 0.2 g; Baromfi párizsi 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; 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; sült paprikakrém 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; 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: 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; 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: 0.3 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: 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; Házi sertés húskrém EN: 73.7 kcal; ZS: 6.3 g; TZS: 1.4 g; SZH: 0.1 g; CK: 0.0 g; FH: 4.1 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 (12;) EN: 41.6 kcal; ZS: 0.4 g; TZS: 0.0 g; SZH: 8.0 g; CK: 0.5 g; FH: 1.3 g; SÓ: 1.5 g; CA: 0.0 mg; Zöldborsós csirkeragu EN: 167.3 kcal; ZS: 9.5 g; TZS: 2.1 g; SZH: 7.2 g; CK: 0.0 g; FH: 11.6 g; SÓ: 1.1 g; CA: 0.0 mg; Bulgur köret (1;) 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; alma EN: 35.0 kcal; ZS: 0.4 g; SZH: 7.0 g; FH: 0.4 g;	Magyaros tarhonyaleves (1;12;) 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; Sertés pörkölt EN: 102.9 kcal; ZS: 6.3 g; TZS: 1.2 g; SZH: 2.1 g; CK: 0.0 g; FH: 8.6 g; SÓ: 1.0 g; CA: 0.0 mg; Zöldbabfőzelék (1;) EN: 87.7 kcal; ZS: 2.7 g; TZS: 0.3 g; SZH: 14.8 g; CK: 0.9 g; FH: 3.4 g; SÓ: 0.4 g; CA: 0.0 mg;	Karfiolleves (1;) 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; Carbonara spagetti (1;) EN: 392.9 kcal; ZS: 12.4 g; TZS: 3.1 g; SZH: 52.3 g; CK: 3.8 g; FH: 17.3 g; SÓ: 2.6 g;	Tárkonyos zöldségleves (zöldborsómentes) (1;) EN: 87.1 kcal; ZS: 2.3 g; TZS: 0.3 g; SZH: 13.1 g; CK: 1.1 g; FH: 3.0 g; SÓ: 0.0 g; CA: 0.0 mg; Zöldfűszeres csirkemell szelet 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; Parajfőzelék (1;) EN: 100.5 kcal; ZS: 1.6 g; TZS: 0.3 g; SZH: 19.3 g; CK: 5.4 g; FH: 2.1 g; SÓ: 0.7 g;	Erőleves levestésztával (1;9;12;) 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; Vadas csirkeragu (1;9;10;12;) EN: 135.9 kcal; ZS: 5.6 g; TZS: 1.0 g; SZH: 10.8 g; CK: 3.7 g; FH: 9.8 g; SÓ: 0.1 g; Főtt tészta (1;) 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;
Uzsonna	Házi babkrém EN: 80.5 kcal; ZS: 6.1 g; TZS: 1.9 g; SZH: 4.7 g; CK: 0.0 g; FH: 2.4 g; SÓ: 0.3 g; CA: 0.0 mg; 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: 21.6 kcal; ZS: 1.0 g; TZS: 0.3 g; SZH: 2.2 g; CK: 0.8 g; FH: 0.5 g; SÓ: 0.4 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: 55.4 kcal; ZS: 4.8 g; TZS: 2.0 g; SZH: 0.7 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; 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: 48.0 kcal; ZS: 4.0 g; TZS: 1.6 g; SZH: 0.4 g; CK: 0.1 g; FH: 2.6 g; SÓ: 0.4 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: 22.0 kcal; ZS: 1.9 g; TZS: 0.2 g; SZH: 0.6 g; CK: 0.2 g; FH: 0.4 g; SÓ: 0.4 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: 1024.1 kcal; ZS: 25.4 g; TZS: 6.2 g; SZH: 156.4 g; CK: 15.8 g; FH: 37.7 g; SÓ: 3.6 g; CA: 0.0 mg;	EN: 1024.8 kcal; ZS: 30.9 g; TZS: 5.4 g; SZH: 149.9 g; CK: 17.7 g; FH: 33.7 g; SÓ: 3.2 g; CA: 0.0 mg;	EN: 1210.9 kcal; ZS: 42.4 g; TZS: 10.7 g; SZH: 166.7 g; CK: 15.6 g; FH: 37.1 g; SÓ: 3.4 g; CA: 0.0 mg;	EN: 971.8 kcal; ZS: 35.1 g; TZS: 9.6 g; SZH: 123.8 g; CK: 15.3 g; FH: 35.5 g; SÓ: 2.0 g; CA: 0.0 mg;	EN: 951.0 kcal; ZS: 21.5 g; TZS: 3.6 g; SZH: 146.9 g; CK: 16.0 g; FH: 37.4 g; SÓ: 1.7 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-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.