

	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>Kakaós rizsital</b> EN: 185.8 kcal; ZS: 3.3 g; TZS: 0.6 g; SZH: 37.7 g; CK: 17.5 g; FH: 1.1 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 (sertés)</b> EN: 190.1 kcal; ZS: 11.9 g; TZS: 3.7 g; SZH: 10.6 g; CK: 0.0 g; FH: 10.3 g; SÓ: 1.1 g; <b>Paradicsom mártás (1;9;)</b> EN: 194.1 kcal; ZS: 0.6 g; TZS: 0.1 g; SZH: 41.1 g; CK: 23.6 g; FH: 3.9 g; SÓ: 0.1 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 (1;9;12;)</b> EN: 254.6 kcal; ZS: 7.5 g; TZS: 1.3 g; SZH: 38.6 g; CK: 1.8 g; FH: 6.6 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 (12;)</b> EN: 76.3 kcal; ZS: 2.9 g; TZS: 0.3 g; SZH: 11.0 g; CK: 0.5 g; FH: 1.3 g; SÓ: 1.2 g; <b>Sárgarépa rizseshús (sertés)</b> EN: 427.8 kcal; ZS: 15.1 g; TZS: 2.6 g; SZH: 51.3 g; CK: 0.6 g; FH: 20.8 g; SÓ: 1.3 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 szárnyasvagdalt</b> EN: 136.0 kcal; ZS: 2.9 g; TZS: 1.0 g; SZH: 15.8 g; CK: 0.1 g; FH: 11.4 g; SÓ: 1.0 g; CA: 0.0 mg; <b>Tökfőzelék (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: 1352.8 kcal; ZS: 37.4 g; TZS: 11.1 g; SZH: 200.6 g; CK: 38.7 g; FH: 43.0 g; SÓ: 2.0 g; CA: 0.0 mg;	EN: 1275.4 kcal; ZS: 38.7 g; TZS: 6.4 g; SZH: 172.1 g; CK: 15.1 g; FH: 50.4 g; SÓ: 4.4 g; CA: 0.0 mg;	EN: 1326.6 kcal; ZS: 37.6 g; TZS: 8.2 g; SZH: 199.9 g; CK: 36.7 g; FH: 42.7 g; SÓ: 4.7 g; CA: 0.0 mg;	EN: 1119.1 kcal; ZS: 30.0 g; TZS: 7.2 g; SZH: 169.5 g; CK: 25.5 g; FH: 37.6 g; SÓ: 5.2 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-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.