

	Hétfő 04.21	Kedd 04.22	Szerda 04.23	Csütörtök 04.24	Péntek 04.25
<b>Tízórai</b>		<b>Tej (7;)</b> EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g CA:240.0mg <b>Briós (1;3;6;7;)</b> EN:163.8kcal ZS:4.3g TZS:1.5g SZH:28.4g CK:4.7g FH:4.4g SÓ:0.3g	<b>Citromos tea</b> EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg <b>Tojáskrém (3;7;)</b> EN:94.8kcal ZS:8.8g TZS:5.1g SZH:1.2g CK:0.5g FH:2.6g SÓ:0.2g CA:10.0mg <b>Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;)</b> EN:153.7kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:31.2g CK:0.7g FH:5.9g SÓ:0.8g <b>Paradicsom</b> EN:6.9kcal ZS:0.1g SZH:1.2g FH:0.3g	<b>Tej (7;)</b> EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g CA:240.0mg <b>Méz</b> EN:60.8kcal SZH:16.5g CK:16.4g FH:0.1g <b>margarin</b> EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.2g <b>félbarna kenyér (1;)</b> EN:148.8kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:31.1g CK:0.1g FH:4.1g SÓ:0.7g	<b>Erdei gyümölcs tea</b> EN:48.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:12.0g CK:12.0g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg <b>Trappista sajt (7;)</b> EN:140.8kcal ZS:11.2g TZS:7.2g SZH:0.8g CK:0.8g FH:10.0g SÓ:0.5g CA:320.0mg <b>margarin</b> EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.2g <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g <b>Kígyóborka</b> EN:3.6kcal ZS:0.0g SZH:0.5g FH:0.3g
<b>Ebéd</b>		<b>Paradicsomleves (1;9;)</b> EN:196.7kcal ZS:4.3g TZS:0.5g SZH:33.4g CK:13.3g FH:4.6g SÓ:0.9g <b>Sajttal töltött pulykaérme (1;6;7;)</b> EN:512.9kcal ZS:36.6g TZS:6.9g SZH:25.4g CK:1.2g FH:15.6g SÓ:2.6g <b>Rizi-bizi</b> EN:323.2kcal ZS:5.9g TZS:0.7g SZH:58.4g FH:9.0g SÓ:1.2g	<b>Vegyes gyümölcsleves (1;7;)</b> EN:146.1kcal ZS:3.8g TZS:2.4g SZH:24.4g CK:15.1g FH:2.4g SÓ:0.5g CA:36.0mg <b>Vadas sertés ragu (1;7;9;10;12;)</b> EN:217.9kcal ZS:10.8g TZS:3.7g SZH:12.8g CK:4.8g FH:16.1g SÓ:0.2g CA:0.0mg <b>Főtt tészta (1;)</b> EN:290.3kcal ZS:7.7g TZS:1.0g SZH:46.8g CK:2.3g FH:7.9g SÓ:0.0g	<b>Daragaluska leves (1;3;9;)</b> EN:170.6kcal ZS:7.3g TZS:1.1g SZH:19.1g CK:1.2g FH:6.4g SÓ:0.0g <b>Sertés pörkölt</b> EN:160.5kcal ZS:9.3g TZS:1.9g SZH:3.0g CK:0.0g FH:14.9g SÓ:1.3g CA:0.0mg <b>Sárgaborsó főzelék (1;)</b> EN:325.1kcal ZS:6.0g TZS:0.6g SZH:47.7g CK:4.1g FH:18.4g SÓ:0.4g CA:0.0mg <b>teljeskiőrlésű kenyér (ebédhez) (1;)</b> EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g <b>alma</b> EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g	<b>Gyümölcslé</b> EN:92.0kcal SZH:22.6g CK:21.6g <b>Panírozott halporció (1;3;)</b> EN:24.9kcal ZS:2.8g TZS:0.3g <b>Bulgur köret (1;)</b> EN:294.0kcal ZS:3.0g TZS:0.1g SZH:56.0g CK:8.0g FH:10.4g SÓ:0.0g <b>Csiki mártás * (3;7;10;12;)</b> EN:83.5kcal ZS:5.6g TZS:2.4g SZH:14.9g CK:11.5g FH:1.1g SÓ:0.8g CA:0.0mg
<b>Uzsonna</b>		<b>Natúr sajtkrém (7;)</b> EN:57.2kcal ZS:4.8g TZS:3.1g SZH:2.0g CK:2.0g FH:1.5g SÓ:0.6g CA:206.8mg <b>vizes zsemle (1;)</b> EN:139.4kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:28.2g CK:0.9g FH:4.4g <b>Kígyóborka</b> EN:3.6kcal ZS:0.0g SZH:0.5g FH:0.3g	<b>Tepertős pogácsa (1;3;7;)</b> EN:216.3kcal ZS:13.1g TZS:1.2g SZH:27.9g CK:3.3g FH:4.6g SÓ:0.6g	<b>Csirkemell sonka</b> EN:27.0kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:1.5g CK:0.2g FH:4.8g SÓ:0.8g <b>margarin</b> EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.2g <b>Kifli (1;7;)</b> EN:109.6kcal ZS:1.5g TZS:0.6g SZH:20.4g CK:1.1g FH:2.9g SÓ:0.4g	<b>Pizzás csiga (1;6;7;)</b> EN:196.1kcal ZS:9.0g TZS:0.7g SZH:24.3g CK:1.8g FH:3.6g SÓ:0.2g

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-Hal; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfidok; 13-Csillagfürt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.