

	Hétfő 06.23	Kedd 06.24	Szerda 06.25	Csütörtök 06.26	Péntek 06.27
Ebéd A	Almaleves/B (1;7;) EN:256.5kcal ZS:5.4g TZS:3.4g SZH:46.9g CK:34.3g FH:2.4g SÓ:1.0g CA:30.0mg Párizsi sertésszelet /Alk./ (1;3;7;) EN:990.1kcal ZS:86.5g TZS:12.7g SZH:22.2g CK:1.1g FH:30.2g SÓ:1.7g CA:24.0mg Petr. burg. (280 g) EN:365.3kcal ZS:9.8g TZS:1.0g SZH:55.3g FH:7.5g SÓ:1.5g Fejes saláta (negyed) EN:81.6kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:17.5g CK:15.0g FH:1.8g SÓ:1.5g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Köményes kelkáp. leves (virsli 0) (1;7;) EN:161.0kcal ZS:11.0g TZS:4.5g SZH:9.8g CK:0.7g FH:5.1g SÓ:1.5g CA:36.0mg Bolognai spagetti (1;7;) EN:789.0kcal ZS:35.0g TZS:11.2g SZH:81.7g CK:9.7g FH:37.9g SÓ:2.1g CA:139.0mg Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Nyírségi burgonyagombóc leves (1;3;7;9;) EN:240.0kcal ZS:7.0g TZS:4.0g SZH:33.6g CK:1.5g FH:7.0g SÓ:2.0g CA:5.8mg Mákos guba (1;7;) EN:622.3kcal ZS:19.7g TZS:6.2g SZH:94.3g CK:49.0g FH:16.2g SÓ:1.0g CA:144.5mg Vanília sodó (por) (7;) EN:224.3kcal ZS:4.2g TZS:3.0g SZH:41.8g CK:33.7g FH:4.9g SÓ:0.1g CA:180.0mg Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Tarhonyaleves zöldséges (1;) EN:139.8kcal ZS:6.9g TZS:1.4g SZH:15.3g CK:1.4g FH:2.8g SÓ:1.6g CA:0.0mg Csirke paprikás (comb egész) (1;7;) EN:496.3kcal ZS:34.8g TZS:12.2g SZH:9.4g CK:0.6g FH:33.1g SÓ:2.3g CA:30.0mg Galuska (1;3;) EN:613.8kcal ZS:12.3g TZS:2.2g SZH:105.9g CK:0.3g FH:16.6g SÓ:1.5g Csemege uborka EN:7.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:1.1g FH:0.4g SÓ:0.9g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Daragaluska lev.*mir.z.*Alk. (1;3;) EN:161.3kcal ZS:7.1g TZS:1.3g SZH:17.6g CK:0.9g FH:5.2g SÓ:1.5g Sajttal-kolbásszal tölt. sertés borda (1;3;6;7;) EN:820.5kcal ZS:57.7g TZS:13.9g SZH:32.0g CK:0.5g FH:43.0g SÓ:3.0g CA:117.0mg Snidlinges burgonyapüre (280 g) (7;) EN:452.7kcal ZS:10.5g TZS:5.3g SZH:69.5g CK:5.0g FH:12.3g SÓ:1.6g CA:120.0mg Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g
Összesítés	EN: 1814.1 kcal; ZS: 102.5 g; TZS: 17.3 g; SZH: 165.9 g; CK: 51.1 g; FH: 46.3 g; SÓ: 6.4 g; CA: 54.0 mg;	EN: 1070.5 kcal; ZS: 46.5 g; TZS: 15.8 g; SZH: 115.5 g; CK: 11.3 g; FH: 47.3 g; SÓ: 4.4 g; CA: 175.0 mg;	EN: 1207.1 kcal; ZS: 31.4 g; TZS: 13.3 g; SZH: 193.8 g; CK: 85.1 g; FH: 32.5 g; SÓ: 3.9 g; CA: 330.3 mg;	EN: 1378.3 kcal; ZS: 54.6 g; TZS: 15.9 g; SZH: 156.0 g; CK: 4.2 g; FH: 57.2 g; SÓ: 7.0 g; CA: 30.0 mg;	EN: 1555.0 kcal; ZS: 75.8 g; TZS: 20.5 g; SZH: 143.1 g; CK: 7.2 g; FH: 64.7 g; SÓ: 6.8 g; CA: 237.0 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-Csillagfű; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

	Hétfő 06.23	Kedd 06.24	Szerda 06.25	Csütörtök 06.26	Péntek 06.27
Ebéd B	Kertészleves (9;) EN:114.7kcal ZS:5.1g TZS:0.6g SZH:9.7g CK:2.9g FH:4.6g SÓ:1.6g Főtt tojás 1db (3;) EN:56.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g FH:4.8g Bundás kenyér (1;3;6;) EN:545.7kcal ZS:32.6g TZS:4.4g SZH:48.0g CK:1.6g FH:13.4g SÓ:1.5g Zöldborsófőzelék * (1;7;) EN:395.7kcal ZS:11.2g TZS:4.1g SZH:51.5g CK:11.1g FH:17.7g SÓ:1.7g CA:120.0mg Kenyer 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Zellerkrémleves* (1;7;9;) EN:201.6kcal ZS:13.0g TZS:5.8g SZH:13.5g CK:4.4g FH:4.7g SÓ:1.8g CA:78.0mg Píritott kenyér (1;6;) EN:48.2kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:9.6g CK:0.3g FH:1.7g SÓ:0.3g Cornflakes csirkemell Alk (1;3;7;) EN:887.2kcal ZS:60.8g TZS:8.2g SZH:49.6g CK:4.0g FH:32.7g SÓ:2.2g CA:36.0mg Majonézes burg.saláta Alk. (3;7;10;) EN:438.2kcal ZS:18.6g TZS:6.9g SZH:52.8g CK:5.6g FH:8.0g SÓ:2.3g CA:60.0mg Kenyer 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Nyírségi burgonyagombóc leves (1;3;7;9;) EN:240.0kcal ZS:7.0g TZS:4.0g SZH:33.6g CK:1.5g FH:7.0g SÓ:2.0g CA:5.8mg Kapros túrós csusza (1;7;) EN:1026.2kcal ZS:65.5g TZS:30.2g SZH:76.8g CK:8.3g FH:31.2g SÓ:2.5g CA:160.0mg Kenyer 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Csontleves eperlevéllel (1;3;) EN:96.4kcal ZS:3.4g TZS:0.4g SZH:12.7g CK:0.9g FH:2.5g SÓ:1.5g Sült hal (Hekk filé) (1;4;) EN:1173.4kcal ZS:13.4g TZS:1.1g SZH:7.1g CK:0.0g FH:52.9g SÓ:2.6g Sült burgonya (280g)* EN:584.7kcal ZS:36.0g TZS:7.2g SZH:54.6g CK:1.1g FH:5.6g SÓ:1.8g Csemege uborka EN:7.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:1.1g FH:0.4g SÓ:0.9g Kenyer 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	Zöldborsó krémleves (1;7;) EN:261.9kcal ZS:10.7g TZS:5.3g SZH:21.2g CK:2.4g FH:15.9g SÓ:1.7g CA:49.3mg Píritott kenyér (1;6;) EN:48.2kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:9.6g CK:0.3g FH:1.7g SÓ:0.3g Bakonyi sertésszelet (1;7;) EN:427.4kcal ZS:28.2g TZS:10.3g SZH:8.3g CK:0.5g FH:34.9g SÓ:1.5g CA:30.6mg Főtt száraztészta (szarvacska) (1;) EN:433.9kcal ZS:10.4g TZS:1.4g SZH:72.0g CK:3.5g FH:12.2g SÓ:1.5g Kenyer 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g
Összesítés	EN: 1232.6 kcal; ZS: 53.4 g; TZS: 10.4 g; SZH: 133.2 g; CK: 16.3 g; FH: 44.8 g; SÓ: 5.5 g; CA: 120.0 mg;	EN: 1695.7 kcal; ZS: 93.2 g; TZS: 21.1 g; SZH: 149.5 g; CK: 15.1 g; FH: 51.5 g; SÓ: 7.4 g; CA: 174.0 mg;	EN: 1386.7 kcal; ZS: 73.0 g; TZS: 34.3 g; SZH: 134.5 g; CK: 10.6 g; FH: 42.5 g; SÓ: 5.3 g; CA: 165.8 mg;	EN: 1982.8 kcal; ZS: 53.4 g; TZS: 8.8 g; SZH: 99.8 g; CK: 4.0 g; FH: 65.7 g; SÓ: 7.5 g;	EN: 1291.9 kcal; ZS: 50.1 g; TZS: 17.1 g; SZH: 135.2 g; CK: 7.5 g; FH: 69.1 g; SÓ: 5.7 g; CA: 79.8 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-Diófélek (mandula, mogyoró, diófélek, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitek; 13-Csillagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.