

Hétfő
06.30Kedd
07.01Szerda
07.02Csütörtök
07.03Péntek
07.04

Ebéd A

Tök krémleves * (1;7;)

EN:217.5kcal ZS:13.6g TZS:4.8g SZH:18.1g
CK:1.5g FH:3.8g SÓ:1.5g CA:36.0mg

Pirított kenyér (1;6;)

EN:48.2kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:9.6g CK:0.3g
FH:1.7g SÓ:0.3g

Sertéspörkölt

EN:410.3kcal ZS:34.0g TZS:12.6g SZH:3.0g
CK:0.0g FH:22.1g SÓ:2.0g CA:0.0mg

Pirított tarhonya (1;)

EN:516.8kcal ZS:19.6g TZS:2.4g 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

Karfiolleves* (1;3;7;)

EN:207.9kcal ZS:10.2g TZS:3.6g SZH:20.6g
CK:2.8g FH:6.8g SÓ:1.5g CA:24.0mg

Sült debreceni kolbász 10dkg/ad

EN:256.0kcal ZS:21.9g TZS:7.9g SZH:3.7g CK:0.6g
FH:11.7g SÓ:2.3g

Burgonyafőzelék-Alk./F. (1;7;)

EN:464.0kcal ZS:14.0g TZS:3.8g SZH:68.3g
CK:0.6g FH:9.8g SÓ:1.5g CA:24.0mg

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:0.8gPalócleves -(lapocka) tárkonyos Alk
(1;7;)EN:425.2kcal ZS:25.1g TZS:8.8g SZH:26.7g
CK:2.3g FH:18.1g SÓ:1.6g CA:24.0mg

Juhtúrós sztrapacska (1;3;7;)

EN:2196.9kcal ZS:62.5g TZS:30.9g SZH:118.0g
CK:2.3g FH:33.2g SÓ:4.0g CA:436.0mg

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

Kókuszgolyó (1;7;12;)

EN:285.5kcal ZS:10.1g TZS:6.0g SZH:42.9g
CK:24.0g FH:3.7g SÓ:0.3g CA:0.0mg

Kelkáposzta leves (vegán) (1;)

EN:99.2kcal ZS:5.0g TZS:0.5g SZH:9.0g CK:0.0g
FH:4.3g SÓ:1.5g CA:0.0mg

Hortobágyi húsos palacsinta (1;3;7;)

EN:689.3kcal ZS:47.3g TZS:18.0g SZH:33.0g
CK:4.3g FH:31.4g SÓ:1.8g CA:132.0mg

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

Erdei gyümölcsleves/*mix (1;7;)

EN:304.2kcal ZS:0.9g TZS:0.5g SZH:68.9g
CK:55.5g FH:2.4g SÓ:1.5g CA:24.0mg

Rántott csirkemell Alk (1;3;7;)

EN:804.4kcal ZS:60.6g TZS:8.1g SZH:31.0g
CK:1.8g FH:31.5g SÓ:1.9g CA:36.0mg

Grill zöldség* (rizs 0) (7;)

EN:350.2kcal ZS:29.8g TZS:4.3g SZH:11.1g
CK:5.7g FH:4.8g SÓ:0.6g CA:0.5mg

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: 1313.3 kcal; ZS: 68.0 g; TZS: 19.9 g; SZH:
126.7 g; CK: 6.1 g; FH: 44.1 g; SÓ: 6.0 g; CA: 36.0
mg;EN: 1048.4 kcal; ZS: 46.7 g; TZS: 15.4 g; SZH:
116.5 g; CK: 4.7 g; FH: 32.7 g; SÓ: 6.1 g; CA: 48.0
mg;EN: 3028.1 kcal; ZS: 98.3 g; TZS: 45.8 g; SZH:
211.5 g; CK: 29.4 g; FH: 59.4 g; SÓ: 6.7 g; CA:
460.0 mg;EN: 909.0 kcal; ZS: 52.8 g; TZS: 18.7 g; SZH: 66.0
g; CK: 5.1 g; FH: 39.9 g; SÓ: 4.1 g; CA: 132.0 mg;EN: 1579.3 kcal; ZS: 91.8 g; TZS: 12.9 g; SZH:
135.0 g; CK: 63.8 g; FH: 42.9 g; SÓ: 4.8 g; CA: 60.5
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, szulfidok; 13-Csillagfű; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

	Hétfő 06.30	Kedd 07.01	Szerda 07.02	Csütörtök 07.03	Péntek 07.04
Ebéd B	Meggyleves* (1;7;) EN:305.5kcal ZS:4.8g TZS:3.1g SZH:61.5g CK:53.0g FH:3.3g SÓ:1.0g CA:24.0mg Rántott gombafejek (1;3;) EN:416.7kcal ZS:37.9g TZS:4.3g SZH:10.7g CK:0.1g FH:7.8g SÓ:0.1g Sült burgonya (280g)* EN:584.7kcal ZS:36.0g TZS:7.2g SZH:54.6g CK:1.1g FH:5.6g SÓ:1.8g Tartármártás (3;7;10;) EN:243.0kcal ZS:22.0g TZS:8.0g SZH:7.6g CK:6.5g FH:1.8g SÓ:1.6g CA:60.0mg 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	Minestrone leves (1;7;9;) EN:183.3kcal ZS:8.3g TZS:2.7g SZH:16.8g CK:3.1g FH:7.5g SÓ:1.9g CA:65.0mg Lyoni sertéstarja Alk (1;10;) EN:282.4kcal ZS:17.3g TZS:3.6g SZH:8.1g CK:3.2g FH:23.3g SÓ:1.9g Tepsis burgonya EN:440.1kcal ZS:10.0g TZS:1.0g SZH:69.9g FH:9.5g SÓ:1.5g Káposzta saláta/F EN:92.3kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:15.0g FH:1.6g SÓ:1.5g CA:0.0mg 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	Palócleves -(lapocka) tárkonyos Alk (1;7;) EN:425.2kcal ZS:25.1g TZS:8.8g SZH:26.7g CK:2.3g FH:18.1g SÓ:1.6g CA:24.0mg Szilvalekváros gombóc * (1;3;12;) EN:591.3kcal ZS:11.8g TZS:1.0g SZH:103.1g CK:32.1g FH:12.9g SÓ:3.3g 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 Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g	Burgonyaleves gombával (1;7;) EN:264.2kcal ZS:11.0g TZS:4.0g SZH:30.8g CK:0.6g FH:7.6g SÓ:1.5g CA:52.5mg Csikós tokány (lapocka) (1;7;) EN:435.7kcal ZS:36.1g TZS:15.4g SZH:6.3g CK:0.7g FH:20.9g SÓ:2.1g CA:36.0mg Tészta köret (rövidcső) (100 g) (1;3;) EN:402.5kcal ZS:6.2g TZS:1.0g SZH:74.1g CK:1.7g FH:12.7g 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	Zöldséges grízgombóc leves (1;3;) EN:134.9kcal ZS:4.3g TZS:0.8g SZH:18.2g CK:1.1g FH:4.2g SÓ:1.0g Szárnas gyros tál (7;) EN:505.4kcal ZS:16.9g TZS:5.9g SZH:49.0g CK:3.0g FH:32.5g SÓ:2.4g CA:90.0mg 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: 1670.4 kcal; ZS: 101.2 g; TZS: 22.7 g; SZH: 158.3 g; CK: 61.5 g; FH: 22.9 g; SÓ: 5.3 g; CA: 84.0 mg;	EN: 1118.7 kcal; ZS: 36.3 g; TZS: 7.4 g; SZH: 139.5 g; CK: 22.0 g; FH: 46.3 g; SÓ: 7.6 g; CA: 65.0 mg;	EN: 1172.0 kcal; ZS: 37.9 g; TZS: 10.0 g; SZH: 160.8 g; CK: 35.2 g; FH: 35.7 g; SÓ: 5.7 g; CA: 24.0 mg;	EN: 1304.5 kcal; ZS: 54.1 g; TZS: 20.4 g; SZH: 152.7 g; CK: 18.9 g; FH: 47.2 g; SÓ: 7.4 g; CA: 88.5 mg;	EN: 760.9 kcal; ZS: 21.7 g; TZS: 6.8 g; SZH: 91.1 g; CK: 5.0 g; FH: 41.0 g; SÓ: 4.2 g; CA: 90.0 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-Diófélek (mandula, mogyoró, diófélek, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfidok; 13-Csillagfű; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.