

	Hétfő 03.30	Kedd 03.31	Szerda 04.01	Csütörtök 04.02	Péntek 04.03
Reggeli	Barackos tea EN:36.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Zala felvágott EN:96.0kcal ZS:8.0g TZS:3.2g SZH:0.8g CK:0.2g FH:5.2g SÓ:0.9g fehér kenyér (1;) EN:192.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:38.3g CK:0.1g FH:6.9g SÓ:1.0g margarin EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g Paprika EN:12.0kcal ZS:0.0g SZH:1.9g FH:0.6g	Gyümölcs tea EN:36.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Méz EN:121.6kcal SZH:33.0g CK:32.9g FH:0.1g margarin EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g fehér kenyér (1;) EN:192.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:38.3g CK:0.1g FH:6.9g SÓ:1.0g	Tej (7;) EN:110.0kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:11.8g FH:7.3g SÓ:0.3g Csicseriborsó krém (7;12;) EN:137.9kcal ZS:5.7g TZS:2.9g SZH:13.3g CK:0.9g FH:6.0g SÓ:0.8g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:266.4kcal ZS:1.4g TZS:0.3g SZH:52.0g CK:0.0g FH:9.6g SÓ:1.4g Paprika EN:12.0kcal ZS:0.0g SZH:1.9g FH:0.6g		
Tízórai	Reszelt sajt (1;7;) EN:111.2kcal ZS:7.8g TZS:4.8g SZH:2.2g CK:0.1g FH:7.9g SÓ:0.4g Margarin EN:33.8kcal ZS:3.8g TZS:1.1g SÓ:0.1g vizes zsemle (1;) EN:278.7kcal ZS:1.3g TZS:0.1g SZH:60.0g CK:1.7g FH:8.7g SÓ:1.1g Kígyóborka EN:4.8kcal ZS:0.0g SZH:0.7g FH:0.4g	Natúr sajtkrém (7;) EN:57.2kcal ZS:4.8g TZS:3.1g SZH:2.0g CK:2.0g FH:1.5g SÓ:0.6g Paprika EN:12.0kcal ZS:0.0g SZH:1.9g FH:0.6g vizes zsemle (1;) EN:278.7kcal ZS:1.3g TZS:0.1g SZH:60.0g CK:1.7g FH:8.7g SÓ:1.1g	Banán EN:126.0kcal SZH:29.0g FH:1.6g		
Ebéd	Legényfogó leves teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:266.4kcal ZS:1.4g TZS:0.3g SZH:52.0g CK:0.0g FH:9.6g SÓ:1.4g Lekváros derelye (1;6;) EN:708.0kcal ZS:10.4g TZS:2.3g SZH:129.0g CK:28.4g FH:21.9g SÓ:3.2g Fahéj szórat EN:120.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:29.5g CK:29.5g FH:0.0g SÓ:0.0g alma EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g	Daragaluska leves (1;3;9;) EN:151.0kcal ZS:6.4g TZS:0.9g SZH:18.6g CK:1.2g FH:4.4g SÓ:0.0g Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:411.1kcal ZS:12.4g TZS:2.7g SZH:60.2g CK:0.7g FH:8.8g SÓ:0.1g Szárnyas vagdalt (1;3;6;) EN:274.3kcal ZS:8.1g TZS:1.6g SZH:29.9g CK:1.0g FH:18.5g SÓ:2.8g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:211.4kcal ZS:0.9g TZS:0.1g SZH:41.4g CK:0.7g FH:7.8g SÓ:0.0g	Gomba krémleves (1;7;) EN:119.4kcal ZS:6.1g TZS:2.2g SZH:9.0g CK:0.8g FH:6.7g SÓ:1.4g Levesgyöngy (1;3;7;) EN:75.0kcal ZS:4.2g TZS:2.0g SZH:7.9g CK:0.9g FH:1.2g SÓ:0.1g Főtt tészta (1;) EN:336.6kcal ZS:3.4g TZS:0.6g SZH:64.8g CK:3.1g FH:11.0g SÓ:0.0g Bolognai szósz EN:275.8kcal ZS:21.1g TZS:6.1g SZH:6.2g CK:4.4g FH:15.1g SÓ:1.3g Reszelt sajt (1;7;) EN:148.3kcal ZS:10.4g TZS:6.5g SZH:2.9g CK:0.1g FH:10.6g SÓ:0.6g		
Uzsonna	Natúr sajtkrém (7;) EN:57.2kcal ZS:4.8g TZS:3.1g SZH:2.0g CK:2.0g FH:1.5g SÓ:0.6g vizes zsemle (1;) EN:278.7kcal ZS:1.3g TZS:0.1g SZH:60.0g CK:1.7g FH:8.7g SÓ:1.1g Hónapos retek EN:1.5kcal ZS:0.0g SZH:0.2g FH:0.1g	Kenőmájas (sertés) EN:87.6kcal ZS:7.4g TZS:3.3g SZH:1.7g CK:0.5g FH:3.6g SÓ:0.9g Császár zsemle (1;6;) EN:305.4kcal ZS:3.4g TZS:0.1g SZH:58.9g CK:1.1g FH:9.4g SÓ:1.2g Paprika EN:12.0kcal ZS:0.0g SZH:1.9g FH:0.6g	Gyümölcslé * EN:48.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:11.2g CK:10.8g FH:1.0g SÓ:0.0g		

Vacsora

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-Rákfélék; 3-Tojás; 4-Halal; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszeret tartalmaz.

Vacsora

Francia saláta * (3;7;10;12;)EN:275.8kcal ZS:15.5g TZS:2.9g SZH:26.3g CK:9.2g
FH:5.4g SÓ:1.8g**Panírozott csirkemell (1;6;)**EN:383.5kcal ZS:25.1g TZS:2.9g SZH:19.2g CK:1.2g
FH:19.2g SÓ:1.9g**Kakaós csiga (1;3;6;13;)**EN:398.8kcal ZS:17.3g TZS:8.1g SZH:63.0g
CK:23.0g FH:7.6g SÓ:0.4g**alma**

EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g

Kefír (7;)EN:91.5kcal ZS:5.3g TZS:3.4g SZH:5.7g CK:5.7g
FH:4.9g SÓ:0.1g**vizes zsemle (1;)**EN:278.7kcal ZS:1.3g TZS:0.1g SZH:60.0g CK:1.7g
FH:8.7g SÓ:1.1g**Paprika**

EN:12.0kcal ZS:0.0g SZH:1.9g FH:0.6g