

	Hétfő 03.30	Kedd 03.31	Szerda 04.01	Csütörtök 04.02	Péntek 04.03	Szombat 04.04	Vasárnap 04.05
<b>Reggeli</b>	<b>Barackos tea</b> EN:36.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	<b>Tej (7;)</b> EN:132.0kcal ZS:4.5g TZS:3.0g SZH:14.1g FH:8.7g SÓ:0.3g	<b>Tej (7;)</b> EN:132.0kcal ZS:4.5g TZS:3.0g SZH:14.1g FH:8.7g SÓ:0.3g	<b>Kakaó (7;)</b> EN:167.2kcal ZS:4.7g TZS:2.8g SZH:20.9g CK:20.8g FH:9.2g SÓ:0.3g	<b>Citromos tea</b> EN:36.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	<b>Tejeskávé (1;7;)</b> EN:174.5kcal ZS:4.5g TZS:2.7g SZH:22.9g CK:21.3g FH:9.3g SÓ:0.3g	<b>Citromos tea</b> EN:36.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g
<b>Zala felvágott</b>	<b>Méz</b> EN:120.0kcal ZS:10.0g TZS:4.0g SZH:1.1g CK:0.3g FH:6.5g SÓ:1.1g	<b>Méz</b> EN:76.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:20.6g CK:20.6g FH:0.1g SÓ:0.0g	<b>Csicscriborsó krém (7;12;)</b> EN:146.6kcal ZS:6.6g TZS:3.5g SZH:13.4g CK:1.0g FH:6.0g SÓ:0.9g	<b>Kakaós foszlós kalács (1;3;6;7;13;)</b> EN:297.5kcal ZS:7.5g TZS:3.0g SZH:51.9g CK:8.4g FH:8.3g SÓ:0.6g	<b>Magyaros vajkrém (7;)</b> EN:69.6kcal ZS:7.0g TZS:4.5g SZH:1.2g CK:0.5g FH:0.5g SÓ:0.2g	<b>Sajtós kifli (1;7;)</b> EN:321.0kcal ZS:7.2g SZH:47.6g FH:13.4g SÓ:1.0g	<b>Füstölt főtt tarja</b> EN:104.4kcal ZS:8.0g TZS:3.2g SZH:0.5g CK:0.2g FH:7.6g SÓ:1.6g
<b>margarin</b>	<b>margarin</b> EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g	<b>margarin</b> EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g	<b>fehér kenyér (1;)</b> EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g	<b>fehér kenyér (1;)</b> EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g	<b>fehér kenyér (1;)</b> EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g	<b>fehér kenyér (1;)</b> EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g	<b>Főtt tojás (3;)</b> EN:112.0kcal ZS:8.0g TZS:2.4g FH:9.6g
<b>fehér kenyér (1;)</b>	<b>fehér kenyér (1;)</b> EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g	<b>fehér kenyér (1;)</b> EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g					<b>fehér kenyér (1;)</b> EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g
<b>Hónapos retek</b>	<b>Hónapos retek</b> EN:1.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.2g CK:0.0g FH:0.1g SÓ:0.0g						<b>Torma (12;)</b> EN:33.5kcal ZS:1.3g TZS:0.1g SZH:4.9g CK:2.5g FH:0.3g SÓ:0.1g
<b>Tízórai</b>	<b>Alma</b> EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	<b>Mandarin</b> EN:45.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.8g CK:7.8g FH:0.7g SÓ:0.0g	<b>körte</b> EN:52.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:12.0g CK:1.5g FH:0.4g SÓ:0.0g	<b>Alma</b> EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	<b>Kefír (7;)</b> EN:91.5kcal ZS:5.3g TZS:3.4g SZH:5.7g CK:5.7g FH:4.9g SÓ:0.1g	<b>Omlós keksz (1;3;6;7;)</b> EN:192.0kcal ZS:8.4g TZS:3.8g SZH:26.4g CK:8.6g FH:2.5g SÓ:0.2g	<b>banán</b> EN:105.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:24.2g CK:15.0g FH:1.3g SÓ:0.0g
<b>Ebéd</b>	<b>Legényfogó leves (1;7;)</b> EN:226.5kcal ZS:8.5g TZS:2.7g SZH:16.9g CK:0.7g FH:19.2g SÓ:2.2g	<b>Daragaluska leves (1;3;9;)</b> EN:172.8kcal ZS:5.3g TZS:1.1g SZH:21.7g CK:1.2g FH:8.8g SÓ:0.0g	<b>Gomba krémleves (1;7;)</b> EN:145.9kcal ZS:7.5g TZS:2.6g SZH:11.0g CK:0.9g FH:8.2g SÓ:1.7g	<b>Zöldségleves tésztával (1;9;12;)</b> EN:130.4kcal ZS:4.1g TZS:0.5g SZH:19.8g CK:0.7g FH:3.2g SÓ:1.7g	<b>Karfiolleves (1;)</b> EN:146.2kcal ZS:9.5g TZS:1.0g SZH:11.7g CK:0.4g FH:3.3g SÓ:0.0g	<b>Húsgombóclevés (sertés) (1;3;9;)</b> EN:200.3kcal ZS:8.1g TZS:0.2g SZH:20.5g CK:5.4g FH:11.1g SÓ:0.7g	<b>Csontleves tésztával (1;9;)</b> EN:110.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:4.2g FH:4.5g SÓ:3.1g
<b>Káposztás kocka (1;)</b>	<b>Káposztás kocka (1;)</b> EN:474.4kcal ZS:6.6g TZS:1.0g SZH:87.5g CK:9.5g FH:14.9g SÓ:2.1g	<b>Szárnyas vagdalt (1;3;6;7;10;)</b> EN:319.4kcal ZS:9.4g TZS:1.8g SZH:36.5g CK:1.2g FH:20.0g SÓ:1.0g	<b>Levesgyöngy (1;3;7;)</b> EN:75.0kcal ZS:4.2g TZS:2.0g SZH:7.9g CK:0.9g FH:1.2g SÓ:0.1g	<b>Sertés pörkölt</b> EN:212.5kcal ZS:12.3g TZS:2.6g SZH:3.0g CK:0.0g FH:20.9g SÓ:0.2g	<b>Rántott halszelet (1;3;4;)</b> EN:514.9kcal ZS:33.4g TZS:4.7g SZH:30.9g CK:0.3g FH:21.2g SÓ:2.3g	<b>Morzás nudli (1;3;)</b> EN:561.1kcal ZS:5.9g TZS:0.5g SZH:81.5g CK:0.9g FH:13.7g SÓ:2.2g	<b>Töltött csirkecomb (1;3;9;)</b> EN:484.9kcal ZS:14.6g TZS:11.6g SZH:25.8g CK:4.2g FH:60.2g SÓ:9.8g
<b>fehér kenyér (1;)</b>	<b>fehér kenyér (1;)</b> EN:96.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:19.1g CK:0.1g FH:3.5g SÓ:0.5g	<b>Tökfőzelék (1;7;)</b> EN:155.8kcal ZS:3.1g TZS:1.7g SZH:27.7g CK:5.5g FH:3.9g SÓ:1.4g	<b>Zöldséges szárnyas bulgur (1;)</b> EN:576.5kcal ZS:10.6g TZS:1.6g SZH:86.4g CK:11.0g FH:32.0g SÓ:1.8g	<b>Zöldbabfőzelék (1;7;)</b> EN:121.6kcal ZS:3.9g TZS:2.8g SZH:14.5g CK:4.5g FH:5.6g SÓ:1.4g	<b>Rizs köret</b> EN:322.4kcal ZS:5.3g TZS:0.6g SZH:62.0g CK:0.0g FH:7.4g SÓ:0.0g	<b>Porcukor szórat</b> EN:205.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:50.0g CK:50.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	<b>Petrezselymes burgonya (12;)</b> EN:451.0kcal ZS:18.6g TZS:8.4g SZH:57.2g CK:0.0g FH:7.8g SÓ:1.5g
		<b>fehér kenyér (1;)</b> EN:96.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:19.1g CK:0.1g FH:3.5g SÓ:0.5g	<b>Csiki mártás * (3;7;10;12;)</b> EN:114.8kcal ZS:7.7g TZS:3.3g SZH:20.5g CK:15.8g FH:1.6g SÓ:1.5g	<b>fehér kenyér (1;)</b> EN:96.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:19.1g CK:0.1g FH:3.5g SÓ:0.5g	<b>Tartármártás (3;7;10;)</b> EN:237.3kcal ZS:20.5g TZS:4.9g SZH:9.6g CK:8.2g FH:1.6g SÓ:1.5g		<b>Csemege uborka * (10;12;)</b> EN:8.8kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.3g FH:0.6g SÓ:1.4g
				<b>Mandarin</b> EN:45.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.8g CK:7.8g FH:0.7g SÓ:0.0g			<b>Narancs</b> EN:61.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:12.8g CK:9.8g FH:0.9g SÓ:0.0g
<b>Uzsonna</b>	<b>Gyümölcsklé *</b> EN:48.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:11.2g CK:10.8g FH:1.0g SÓ:0.0g	<b>Pecsenyészíros kenyér (1;)</b> EN:500.0kcal ZS:21.8g TZS:11.1g SZH:65.6g CK:0.0g FH:12.1g SÓ:1.7g	<b>Müzlí szelet (1;5;6;8;11;12;)</b> EN:82.6kcal ZS:2.2g TZS:0.9g SZH:14.6g CK:7.0g FH:1.1g SÓ:0.0g	<b>Gyümölcsklé *</b> EN:48.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:11.2g CK:10.8g FH:1.0g SÓ:0.0g	<b>Piskóta szelet krémmel (1;3;7;)</b> EN:94.3kcal ZS:3.3g TZS:1.4g SZH:15.0g CK:9.3g FH:1.1g SÓ:0.2g	<b>Gyümölcsös joghurt (7;)</b> EN:103.8kcal ZS:2.5g TZS:1.4g SZH:13.8g CK:13.8g FH:3.1g SÓ:0.1g	<b>Lekváros linzer (1;7;)</b> EN:175.1kcal ZS:5.9g TZS:2.8g SZH:28.3g CK:15.5g FH:1.6g SÓ:0.1g

**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-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-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.



	Hétfő 03.30	Kedd 03.31	Szerda 04.01	Csütörtök 04.02	Péntek 04.03	Szombat 04.04	Vasárnap 04.05
<b>Vacsora</b>	<b>Citromos tea</b> EN:36.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g  <b>Rizsfelfújt (1;3;7;)</b>  EN:739.0kcal ZS:9.3g TZS:4.8g SZH:143.4g CK:56.6g FH:19.8g SÓ:1.2g  <b>Trópusi gyümölcs öntet (7;)</b> EN:61.8kcal ZS:0.1g TZS:0.1g SZH:14.7g CK:13.5g FH:0.4g SÓ:1.4g	<b>Meggyes tea</b> EN:36.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g  <b>Kenőmájás (sertés)</b> EN:109.5kcal ZS:9.2g TZS:4.2g SZH:2.1g CK:0.7g FH:4.5g SÓ:1.1g  <b>vizes zsemle (1;)</b> EN:278.7kcal ZS:1.3g TZS:0.1g SZH:60.0g CK:1.7g FH:8.7g SÓ:1.1g  <b>Paprika</b> EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	<b>Erdei gyümölcs tea</b> EN:36.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g  <b>Sertés párizsi</b> EN:115.0kcal ZS:10.0g TZS:4.0g SZH:1.3g CK:0.1g FH:5.0g SÓ:1.0g  <b>margarin</b> EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g  <b>vizes zsemle (1;)</b> EN:278.7kcal ZS:1.3g TZS:0.1g SZH:60.0g CK:1.7g FH:8.7g SÓ:1.1g  <b>Kígyóborka</b> EN:4.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	<b>Citromos tea</b> EN:36.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g  <b>Túróval töltött zsemle (1;3;6;7;)</b> EN:724.4kcal ZS:26.5g TZS:15.6g SZH:88.1g CK:29.1g FH:31.9g SÓ:1.2g	<b>Barackos tea</b> EN:36.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g  <b>Kockasajt, natúr (7;)</b>  EN:141.0kcal ZS:11.1g TZS:7.5g SZH:3.6g CK:2.8g FH:6.6g SÓ:1.0g  <b>vizes zsemle (1;)</b> EN:278.7kcal ZS:1.3g TZS:0.1g SZH:60.0g CK:1.7g FH:8.7g SÓ:1.1g  <b>Paradicsom</b> EN:9.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.6g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	<b>Citromos tea</b> EN:36.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g  <b>Olasz felvágott</b>  EN:118.0kcal ZS:10.0g TZS:3.8g SZH:1.1g CK:0.1g FH:6.0g SÓ:1.1g  <b>margarin</b> EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g  <b>vizes zsemle (1;)</b> EN:278.7kcal ZS:1.3g TZS:0.1g SZH:60.0g CK:1.7g FH:8.7g SÓ:1.1g  <b>Paprika</b> EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	<b>Málna tea</b> EN:56.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:13.8g CK:13.8g FH:0.0g SÓ:0.0g  <b>Főtt virsli</b>  EN:318.0kcal ZS:27.5g TZS:8.4g SZH:3.2g CK:0.4g FH:14.3g SÓ:2.6g  <b>fehér kenyér (1;)</b> EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g  <b>Mustár (10;)</b> EN:22.3kcal ZS:1.6g TZS:0.1g SZH:0.9g CK:0.9g FH:0.7g SÓ:0.5g
<b>Napi összesítés</b>	EN: 2152.1 kcal; ZS: 41.5 g; TZS: 14.5 g; SZH: 366.9 g; CK: 113.5 g; FH: 74.4 g; SÓ: 9.9 g;	EN: 2210.1 kcal; ZS: 60.1 g; TZS: 24.7 g; SZH: 336.0 g; CK: 47.9 g; FH: 80.3 g; SÓ: 8.5 g;	EN: 2036.8 kcal; ZS: 59.6 g; TZS: 22.6 g; SZH: 298.7 g; CK: 49.0 g; FH: 82.1 g; SÓ: 9.9 g;	EN: 1914.5 kcal; ZS: 60.7 g; TZS: 27.7 g; SZH: 254.4 g; CK: 95.2 g; FH: 84.7 g; SÓ: 5.9 g;	EN: 2218.8 kcal; ZS: 97.7 g; TZS: 28.7 g; SZH: 267.1 g; CK: 47.0 g; FH: 64.4 g; SÓ: 7.8 g;	EN: 2239.5 kcal; ZS: 52.0 g; TZS: 13.6 g; SZH: 334.6 g; CK: 110.8 g; FH: 68.4 g; SÓ: 6.8 g;	EN: 2560.2 kcal; ZS: 88.3 g; TZS: 38.0 g; SZH: 298.4 g; CK: 75.9 g; FH: 126.8 g; SÓ: 23.4 g;

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(nehézsúlyú zsír: 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, szulfidok; 13-Csilagfürt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszeret tartalmaz.