



	Hétfő 04.13	Kedd 04.14	Szerda 04.15	Csütörtök 04.16	Péntek 04.17	Szombat 04.18	Vasárnap 04.19
<b>Reggeli</b>	<b>Forralt tej (7;)</b> EN:112.5kcal ZS:3.8g TZS:2.3g SZH:11.5g CK:11.5g FH:7.5g SÓ:0.3g  <b>Zala felvágott</b> EN:120.0kcal ZS:10.0g TZS:4.0g SZH:1.1g CK:0.3g FH:6.5g 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:0.2g  <b>Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;)</b> EN:307.4kcal ZS:2.1g TZS:0.1g SZH:62.4g CK:1.4g FH:11.8g SÓ:1.5g  <b>Paprika</b> EN:24.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:3.8g CK:0.0g FH:1.1g SÓ:0.0g	<b>Erdei gyümölcs tea (12;)</b> EN:13.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.5g CK:2.5g FH:0.0g SÓ:0.0g  <b>Magyaros vajkrém (7;)</b> EN:208.8kcal ZS:21.0g TZS:13.7g SZH:3.6g CK:1.4g FH:1.4g SÓ:0.6g  <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g  <b>Kígyóborka</b> EN:9.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	<b>Kakaó (7;)</b> EN:142.5kcal ZS:4.7g TZS:2.8g SZH:14.9g CK:14.8g FH:9.2g SÓ:0.3g  <b>Vaj (7;)</b> EN:150.6kcal ZS:16.6g TZS:10.8g SZH:0.2g CK:0.2g FH:0.1g  <b>Kakaós foszlós kalács (1;3;6;7;)</b> EN:148.9kcal ZS:3.9g TZS:1.5g SZH:25.7g CK:4.2g FH:4.3g SÓ:0.3g	<b>Citromos tea</b> EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g SÓ:0.0g  <b>Főtt virsli P</b> EN:212.0kcal ZS:17.0g TZS:7.7g SZH:2.8g FH:12.0g SÓ:2.1g  <b>Ketchup</b> EN:13.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:3.0g CK:2.0g FH:0.2g SÓ:0.3g  <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	<b>Citromos tea</b> EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g SÓ:0.0g  <b>Májusi csemege (6;)</b> EN:138.0kcal ZS:12.0g TZS:6.0g SZH:1.0g CK:0.3g FH:6.6g SÓ:1.4g  <b>Margarin</b> EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.2g  <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g  <b>Kígyóborka</b> EN:9.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	<b>Erdei gyümölcs tea (12;)</b> EN:13.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.5g CK:2.5g FH:0.0g SÓ:0.0g  <b>Tojásrántotta (3;7;)</b> EN:220.7kcal ZS:15.7g TZS:4.4g SZH:2.2g CK:0.9g FH:17.0g SÓ:1.0g  <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	<b>Karamellás tej (7;)</b> EN:139.0kcal ZS:4.5g TZS:2.7g SZH:14.8g CK:14.8g FH:9.0g SÓ:0.3g  <b>Briós (1;3;6;7;)</b> EN:327.6kcal ZS:8.5g TZS:3.0g SZH:56.7g CK:9.3g FH:8.8g SÓ:0.6g
<b>Ebéd A</b>	<b>Sertésraguleves (1;7;)</b> EN:358.3kcal ZS:25.9g TZS:7.9g SZH:14.4g CK:3.8g FH:16.5g SÓ:3.1g  <b>Tejbedara (1;7;)</b> EN:414.9kcal ZS:12.8g TZS:6.7g SZH:58.7g CK:22.2g FH:15.2g SÓ:0.4g  <b>Kakaó szórat</b> EN:87.4kcal ZS:1.1g TZS:0.7g SZH:17.7g CK:16.5g FH:1.1g SÓ:0.1g  <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g  <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>Magyaros karfiolleves (1;3;)</b> EN:248.1kcal ZS:16.1g TZS:1.9g SZH:19.2g CK:0.0g FH:6.0g SÓ:1.4g  <b>Töltött paprika (3;)</b> EN:437.9kcal ZS:22.9g TZS:7.0g SZH:34.6g CK:0.0g FH:22.3g SÓ:2.5g  <b>Főtt burgonya 1/2 (12;)</b> EN:150.4kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:29.4g CK:0.0g FH:4.0g SÓ:1.4g  <b>Túró rudi (6;7;)</b> EN:105.6kcal ZS:5.1g TZS:4.2g SZH:11.7g CK:10.8g FH:3.0g SÓ:0.0g	<b>Zöldségrémléves (1;7;9;)</b> EN:171.4kcal ZS:3.4g TZS:2.2g SZH:26.3g CK:3.8g FH:7.3g SÓ:2.9g  <b>Píritott napraforgó</b> EN:59.0kcal ZS:4.8g TZS:0.7g SZH:1.7g CK:0.0g FH:1.9g SÓ:0.0g  <b>Rántott csirkemell (1;)</b> EN:668.0kcal ZS:55.0g TZS:6.0g SZH:26.0g CK:1.0g FH:16.9g SÓ:2.1g  <b>Bulgur köret (1;)</b> EN:482.2kcal ZS:16.5g TZS:1.6g SZH:70.0g CK:10.0g FH:13.0g SÓ:0.5g  <b>Ecetes uborka * (10;12;)</b> EN:11.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:0.4g FH:0.8g SÓ:1.8g	<b>Erőleves</b> EN:89.5kcal ZS:4.8g TZS:0.5g SZH:9.2g CK:4.2g FH:1.8g SÓ:2.1g  <b>Levesbetét tészta (1;)</b> EN:35.1kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:7.2g CK:0.4g FH:1.3g SÓ:0.4g  <b>Chilis bab hússal</b> EN:362.4kcal ZS:15.0g TZS:4.9g SZH:27.1g CK:6.0g FH:24.2g SÓ:1.8g  <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g  <b>Körte</b> EN:130.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:3.8g FH:1.0g SÓ:0.0g	<b>Meggyleves (1;7;)</b> EN:234.7kcal ZS:2.6g TZS:2.1g SZH:49.5g CK:39.7g FH:2.7g SÓ:0.7g  <b>Rántott sajt (1;3;7;)</b> EN:448.4kcal ZS:35.5g TZS:10.3g SZH:18.9g CK:1.3g FH:12.6g SÓ:1.1g  <b>Párolt rizs köret</b> EN:456.6kcal ZS:5.0g TZS:0.6g SZH:93.0g CK:0.0g FH:11.2g SÓ:1.4g  <b>Majonéz (3;10;)</b> EN:205.0kcal ZS:19.4g TZS:2.3g SZH:5.3g CK:3.5g FH:0.5g SÓ:0.8g	<b>Zellerkrémleves (1;7;9;)</b> EN:261.2kcal ZS:20.2g TZS:4.0g SZH:15.1g CK:1.9g FH:3.2g SÓ:1.8g  <b>Levesgyöngy (1;3;7;)</b> EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g  <b>Sült májas hurka (1;6;7;9;10;)</b> EN:404.0kcal ZS:22.8g SZH:8.2g FH:29.2g  <b>Hagymás tört burgonya 1/2 (12;)</b> EN:215.4kcal ZS:4.2g TZS:0.4g SZH:35.6g CK:0.0g FH:4.9g SÓ:1.4g  <b>Párolt káposzta 1/2</b> EN:111.8kcal ZS:5.8g TZS:0.6g SZH:12.4g CK:5.0g FH:2.1g SÓ:1.3g	<b>Minestrone zöldségleves (1;9;)</b> EN:66.5kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:11.8g CK:0.8g FH:3.1g SÓ:1.4g  <b>Rakott kelkáposzta (7;)</b> EN:537.4kcal ZS:25.3g TZS:8.6g SZH:51.9g CK:1.3g FH:25.5g SÓ:1.7g
<b>Ebéd B</b>	<b>Görög sertésraguleves (1;7;)</b> EN:290.7kcal ZS:16.7g TZS:7.0g SZH:17.4g CK:5.1g FH:16.9g SÓ:6.1g  <b>Káposztás kocka (1;)</b> EN:620.6kcal ZS:11.3g TZS:1.4g SZH:108.5g CK:10.9g FH:20.6g SÓ:2.3g	<b>Magyaros karfiolleves tésztával (1;)</b> EN:204.9kcal ZS:15.4g TZS:1.7g SZH:11.7g CK:0.4g FH:4.4g SÓ:1.4g  <b>Főtt sertéskaraj</b> EN:327.5kcal ZS:21.4g TZS:5.7g SZH:0.6g CK:0.0g FH:31.5g SÓ:1.9g	<b>Zöldségrémléves (1;7;9;)</b> EN:171.4kcal ZS:3.4g TZS:2.2g SZH:26.3g CK:3.8g FH:7.3g SÓ:2.9g  <b>Píritott napraforgó</b> EN:59.0kcal ZS:4.8g TZS:0.7g SZH:1.7g CK:0.0g FH:1.9g SÓ:0.0g	<b>Erőleves</b> EN:89.5kcal ZS:4.8g TZS:0.5g SZH:9.2g CK:4.2g FH:1.8g SÓ:2.1g  <b>Levesbetét tészta (1;)</b> EN:35.1kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:7.2g CK:0.4g FH:1.3g SÓ:0.4g	<b>Meggyleves (1;7;)</b> EN:234.7kcal ZS:2.6g TZS:2.1g SZH:49.5g CK:39.7g FH:2.7g SÓ:0.7g  <b>Sajtos halfilé (4;7;)</b> EN:113.7kcal ZS:5.4g TZS:1.0g SZH:0.0g CK:0.0g FH:15.5g SÓ:2.8g	<b>Zellerkrémleves (1;7;9;)</b> EN:261.2kcal ZS:20.2g TZS:4.0g SZH:15.1g CK:1.9g FH:3.2g SÓ:1.8g  <b>Levesgyöngy (1;3;7;)</b> EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g	<b>Minestrone zöldségleves (1;9;)</b> EN:66.5kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:11.8g CK:0.8g FH:3.1g SÓ:1.4g  <b>Zúza pörkölt</b> EN:180.3kcal ZS:9.6g TZS:1.3g SZH:4.1g CK:0.1g FH:17.8g SÓ:1.8g

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-Csilagfürt; 14-Puhatestűek. \* - édesítésszert tartalmaz.



	Hétfő 04.13	Kedd 04.14	Szerda 04.15	Csütörtök 04.16	Péntek 04.17	Szombat 04.18	Vasárnap 04.19
<b>Ebéd B</b>	<b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g	<b>Vegyes gyümölcsmártás (1;7;)</b> EN:240.3kcal ZS:2.6g TZS:2.0g SZH:51.6g CK:40.0g FH:1.8g SÓ:1.0g	<b>Édes-savanyú csirkeragu</b> EN:302.1kcal ZS:13.7g TZS:2.4g SZH:19.7g CK:10.5g FH:24.4g SÓ:2.2g	<b>Pulykasült</b> EN:324.8kcal ZS:19.9g TZS:2.5g SZH:0.0g CK:0.0g FH:36.2g SÓ:1.1g	<b>Burgonyapüré (7;12;)</b> EN:478.7kcal ZS:12.2g TZS:6.6g SZH:69.8g CK:10.9g FH:15.1g SÓ:1.9g	<b>Pírtott csirkemáj</b> EN:195.3kcal ZS:9.5g TZS:2.6g SZH:1.5g CK:0.0g FH:23.8g SÓ:1.2g	<b>Tészta köret (1;)</b> EN:756.9kcal ZS:31.6g TZS:3.1g SZH:90.5g CK:5.9g FH:21.2g SÓ:1.4g
	<b>Nektarin</b> EN:73.5kcal SZH:17.1g FH:0.6g	<b>Főtt burgonya 1/2 (12;)</b> EN:150.4kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:29.4g CK:0.0g FH:4.0g SÓ:1.4g	<b>Párolt rizs köret</b> EN:456.6kcal ZS:5.0g TZS:0.6g SZH:93.0g CK:0.0g FH:11.2g SÓ:1.4g	<b>Vegyesfőzelék (1;7;)</b> EN:230.1kcal ZS:3.8g TZS:1.0g SZH:38.1g CK:10.0g FH:3.9g SÓ:1.1g	<b>Mongol saláta * (10;)</b> EN:29.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:3.6g CK:2.1g FH:2.6g SÓ:1.1g	<b>Csöben sült vegyes zöldség (1;3;7;9;)</b> EN:178.3kcal ZS:10.5g TZS:5.3g SZH:13.4g CK:3.9g FH:7.5g SÓ:1.6g	<b>Csalamádé * (10;12;)</b> EN:18.0kcal ZS:0.1g SZH:2.4g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:2.0g
		<b>Túró rudi (6;7;)</b> EN:105.6kcal ZS:5.1g TZS:4.2g SZH:11.7g CK:10.8g FH:3.0g SÓ:0.0g		<b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g			
				<b>Körte</b> EN:130.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:3.8g FH:1.0g SÓ:0.0g			
<b>Vacsora</b>	<b>Citromos tea</b> EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	<b>Citromos tea</b> EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	<b>Citromos tea</b> EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	<b>Citromos tea</b> EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	<b>Citromos tea</b> EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	<b>Citromos tea</b> EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	<b>Citromos tea</b> EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g SÓ:0.0g
	<b>Sülthús zsírjában</b> EN:410.3kcal ZS:24.0g TZS:9.1g SZH:0.1g CK:0.0g FH:45.1g SÓ:0.4g	<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>Trappista sajt (7;)</b> EN:148.5kcal ZS:10.8g TZS:7.0g SZH:0.8g CK:0.0g FH:12.5g SÓ:1.0g	<b>Kenőmájás</b> EN:109.5kcal ZS:9.2g TZS:4.2g SZH:2.1g CK:0.7g FH:4.5g SÓ:1.1g	<b>Francia saláta * (3;7;10;12;)</b> EN:328.6kcal ZS:19.1g TZS:4.1g SZH:25.0g CK:11.6g FH:7.0g SÓ:2.2g	<b>Sajtkrém (7;)</b> EN:85.8kcal ZS:7.2g TZS:4.7g SZH:3.0g CK:3.0g FH:2.3g SÓ:0.9g	<b>Disznósajt</b> EN:200.8kcal ZS:16.8g TZS:5.8g SZH:0.7g CK:0.6g FH:11.6g SÓ:1.9g
	<b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g 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:0.2g	<b>Margarin</b> EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.2g	<b>Zsemle (1;)</b> EN:250.0kcal ZS:0.8g TZS:0.4g SZH:60.0g CK:0.2g FH:7.8g SÓ:1.1g	<b>Burgonyás kenyér (1;)</b> EN:259.0kcal ZS:0.7g TZS:0.4g SZH:54.0g CK:0.3g FH:7.7g SÓ:1.5g	<b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g	<b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g
	<b>Csemege uborka * (10;12;)</b> EN:11.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:0.4g FH:0.8g SÓ:1.8g	<b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g	<b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g	<b>Paprika</b> EN:24.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:3.8g CK:0.0g FH:1.1g SÓ:0.0g		<b>Paprika</b> EN:24.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:3.8g CK:0.0g FH:1.1g SÓ:0.0g	<b>Zöldhagyma</b> EN:7.6kcal ZS:0.1g SZH:0.2g FH:0.4g
		<b>Kápia paprika</b> EN:24.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:3.8g CK:1.9g FH:1.1g SÓ:0.0g	<b>Paradicsom</b> EN:18.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:3.2g CK:2.1g FH:0.8g SÓ:0.0g				
<b>Napi összesítés</b>	EN: 3664.1 kcal; ZS: 114.5 g; TZS: 41.4 g; SZH: 482.0 g; CK: 82.3 g; FH: 165.0 g; SÓ: 20.5 g;	EN: 3054.8 kcal; ZS: 128.0 g; TZS: 46.2 g; SZH: 344.3 g; CK: 69.9 g; FH: 113.3 g; SÓ: 16.3 g;	EN: 3367.2 kcal; ZS: 148.4 g; TZS: 40.1 g; SZH: 378.5 g; CK: 52.9 g; FH: 123.5 g; SÓ: 17.1 g;	EN: 2965.0 kcal; ZS: 80.2 g; TZS: 22.9 g; SZH: 415.6 g; CK: 39.7 g; FH: 128.9 g; SÓ: 18.1 g;	EN: 3321.5 kcal; ZS: 120.6 g; TZS: 37.0 g; SZH: 439.8 g; CK: 113.5 g; FH: 97.1 g; SÓ: 17.4 g;	EN: 2660.2 kcal; ZS: 124.5 g; TZS: 29.3 g; SZH: 242.3 g; CK: 22.5 g; FH: 114.6 g; SÓ: 13.9 g;	EN: 2641.6 kcal; ZS: 99.0 g; TZS: 25.0 g; SZH: 311.9 g; CK: 36.7 g; FH: 113.3 g; SÓ: 14.2 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(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-Csilagfürt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.