

	Hétfő 04.13	Kedd 04.14	Szerda 04.15	Csütörtök 04.16	Péntek 04.17
Reggeli	<p>Tej (7;) EN:110.0kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:11.8g FH:7.3g SÓ:0.3g</p> <p>Natúr vajkrém (7;) EN:69.6kcal ZS:7.0g TZS:4.5g SZH:1.2g CK:0.5g FH:0.5g SÓ:0.2g</p> <p>Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;) EN:307.4kcal ZS:2.1g TZS:0.1g SZH:62.4g CK:1.4g FH:11.8g SÓ:1.5g</p> <p>Kígyóborka EN:4.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>	<p>Kakaó (7;) EN:145.1kcal ZS:4.0g TZS:2.4g SZH:18.6g CK:18.5g FH:7.7g SÓ:0.3g</p> <p>Briós (1;3;6;7;) EN:327.6kcal ZS:8.5g TZS:3.0g SZH:56.7g CK:9.3g FH:8.8g SÓ:0.6g</p>	<p>Tej (7;) EN:110.0kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:11.8g FH:7.3g SÓ:0.3g</p> <p>Paprikás csemege szalámi EN:122.3kcal ZS:11.1g TZS:3.9g SZH:0.7g CK:0.1g FH:5.3g SÓ:0.9g</p> <p>vizes zsemle (1;) EN:278.7kcal ZS:1.3g TZS:0.1g SZH:60.0g CK:1.7g FH:8.7g SÓ:1.1g</p> <p>Paprika EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g</p> <p>Margarin EN:33.8kcal ZS:3.8g TZS:1.1g SÓ:0.1g</p>	<p>Tej (7;) EN:110.0kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:11.8g FH:7.3g SÓ:0.3g</p> <p>Füstölt sajt (7;) EN:177.5kcal ZS:13.5g TZS:8.8g SZH:1.0g CK:0.5g FH:13.0g SÓ:0.6g</p> <p>Margarin EN:33.8kcal ZS:3.8g TZS:1.1g SÓ:0.1g</p> <p>fehér kenyér (1;) EN:192.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:38.3g CK:0.1g FH:6.9g SÓ:1.0g</p> <p>Kígyóborka EN:4.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>	<p>Tej (7;) EN:110.0kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:11.8g FH:7.3g SÓ:0.3g</p> <p>Zala felvágott EN:96.0kcal ZS:8.0g TZS:3.2g SZH:0.8g CK:0.2g FH:5.2g SÓ:0.9g</p> <p>Margarin EN:33.8kcal ZS:3.8g TZS:1.1g SÓ:0.1g</p> <p>vizes zsemle (1;) EN:278.7kcal ZS:1.3g TZS:0.1g SZH:60.0g CK:1.7g FH:8.7g SÓ:1.1g</p> <p>Paprika EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g</p>
Tízórai	<p>Mandarin EN:45.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.8g CK:7.8g FH:0.7g SÓ:0.0g</p>	<p>Banán EN:126.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:29.0g CK:18.0g FH:1.6g SÓ:0.0g</p>	<p>Sajtos kifli (1;7;) EN:321.0kcal ZS:7.2g SZH:47.6g FH:13.4g SÓ:1.0g</p> <p>Sárgaborsókrém (7;) EN:122.6kcal ZS:6.3g TZS:3.8g SZH:11.2g CK:1.6g FH:4.9g SÓ:0.3g</p> <p>Kígyóborka EN:4.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>	<p>méz EN:60.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:16.5g CK:16.4g FH:0.1g SÓ:0.0g</p> <p>Kifli (1;7;) EN:219.2kcal ZS:3.1g TZS:1.2g SZH:40.7g CK:2.2g FH:5.8g SÓ:0.9g</p>	<p>Gyümölcslé EN:92.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:22.6g CK:21.6g FH:0.0g SÓ:0.0g</p>
Ebéd	<p>Halgaluska leves (1;3;4;9;) EN:178.5kcal ZS:2.4g TZS:0.6g SZH:30.1g CK:4.8g FH:8.3g SÓ:0.1g</p> <p>Túrós derelye (1;3;7;) EN:793.0kcal ZS:14.6g TZS:3.1g SZH:140.6g CK:15.7g FH:29.1g SÓ:2.5g</p> <p>Porcukor szórat EN:205.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:50.0g CK:50.0g FH:0.0g SÓ:0.0g</p>	<p>Lebbencs leves (1;9;12;) EN:195.8kcal ZS:8.1g TZS:1.4g SZH:24.8g CK:1.2g FH:4.3g SÓ:1.4g</p> <p>Bulgur köret (1;) EN:368.6kcal ZS:3.8g TZS:0.2g SZH:70.0g CK:10.0g FH:13.0g SÓ:0.0g</p> <p>Lecsós csirkeragu EN:171.1kcal ZS:4.1g TZS:1.5g SZH:9.2g CK:1.6g FH:20.2g SÓ:1.2g</p> <p>Tejszelet (1;3;6;7;) EN:92.2kcal ZS:4.6g TZS:4.2g SZH:14.2g CK:8.1g FH:1.8g SÓ:0.0g</p>	<p>Csontleves tésztával (1;9;) EN:106.7kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.7g CK:3.9g FH:4.1g SÓ:2.9g</p> <p>Paraj mártás (1;7;) EN:148.6kcal ZS:2.9g TZS:1.2g SZH:24.0g CK:8.9g FH:6.2g SÓ:1.1g</p> <p>Főtt tojás (3;) EN:112.0kcal ZS:8.0g TZS:2.4g FH:9.6g</p> <p>Főtt burgonya 1/2 (12;) EN:190.3kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:37.3g CK:0.0g FH:5.1g SÓ:0.0g</p> <p>teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:266.4kcal ZS:1.4g TZS:0.3g SZH:52.0g CK:0.0g FH:9.6g SÓ:1.4g</p>	<p>Tojásleves (1;3;) EN:156.0kcal ZS:11.2g TZS:2.8g SZH:3.3g CK:0.0g FH:10.1g SÓ:1.1g</p> <p>Hentes tokány (sertés) * (1;10;12;) EN:204.4kcal ZS:8.5g TZS:3.2g SZH:6.2g CK:0.6g FH:24.2g SÓ:1.9g</p> <p>Rizs köret EN:314.1kcal ZS:4.4g TZS:0.5g SZH:62.0g CK:0.0g FH:7.4g SÓ:0.0g</p> <p>Házi káposztasaláta (12;) EN:25.2kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:3.4g CK:2.0g FH:1.1g SÓ:2.1g</p>	<p>Tejfölös zöldbableves (1;3;7;) EN:136.7kcal ZS:8.2g TZS:1.7g SZH:12.1g CK:1.7g FH:2.9g SÓ:1.4g</p> <p>Milánói ragu EN:250.5kcal ZS:13.8g TZS:2.5g SZH:6.8g CK:5.0g FH:18.4g SÓ:1.1g</p> <p>Főtt tészta (1;) EN:336.6kcal ZS:3.4g TZS:0.6g SZH:64.8g CK:3.1g FH:11.0g SÓ:0.0g</p> <p>Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p> <p>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</p>
Uzsonna	<p>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</p> <p>Margarin EN:33.8kcal ZS:3.8g TZS:1.1g SÓ:0.1g</p> <p>vizes zsemle (1;) EN:278.7kcal ZS:1.3g TZS:0.1g SZH:60.0g CK:1.7g FH:8.7g SÓ:1.1g</p>	<p>Sertés húskrém (házi) EN:64.9kcal ZS:5.0g TZS:1.3g SZH:0.0g CK:0.0g FH:4.6g SÓ:0.1g</p> <p>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</p> <p>Paprika EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g</p>	<p>Natúr sajtkrém (7;) EN:57.2kcal ZS:4.8g TZS:3.1g SZH:2.0g CK:2.0g FH:1.5g SÓ:0.6g</p> <p>korpás zsemle (1;6;) EN:282.1kcal ZS:1.6g TZS:0.1g SZH:53.8g CK:2.0g FH:9.5g SÓ:1.1g</p> <p>Paradicsom EN:9.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.6g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>	<p>Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;) EN:307.4kcal ZS:2.1g TZS:0.1g SZH:62.4g CK:1.4g FH:11.8g SÓ:1.5g</p> <p>Jégcsapretek EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.5g SÓ:0.0g</p> <p>Kenőmájás (sertés) EN:87.6kcal ZS:7.4g TZS:3.3g SZH:1.7g CK:0.5g FH:3.6g SÓ:0.9g</p>	<p>Paradicsomos halkrém (4;) EN:103.1kcal ZS:5.8g TZS:0.8g SZH:2.1g CK:0.0g FH:10.6g SÓ:0.8g</p> <p>Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;) EN:307.4kcal ZS:2.1g TZS:0.1g SZH:62.4g CK:1.4g FH:11.8g SÓ:1.5g</p> <p>Kígyóborka EN:4.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>

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. * - édesítésszert tartalmaz.

	Hétfő 04.13	Kedd 04.14	Szerda 04.15	Csütörtök 04.16	Péntek 04.17
Uzsonna	Paprika EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g				
Vacsora	Habos puding (1;7;) EN:162.8kcal ZS:4.2g TZS:2.8g SZH:28.7g CK:22.8g FH:2.1g SÓ:0.1g Mákos búrkifli (1;7;) EN:464.0kcal ZS:20.2g TZS:8.6g SZH:48.2g CK:22.6g FH:7.9g SÓ:0.3g	Gépsonka EN:46.8kcal ZS:1.8g TZS:0.7g SZH:1.3g CK:0.1g FH:6.4g SÓ:1.0g Margarin EN:33.8kcal ZS:3.8g TZS:1.1g SÓ:0.1g 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 TZS:0.0g SZH:1.9g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Mézes-mustáros csirketokány (1;10;) EN:116.1kcal ZS:2.2g TZS:0.7g SZH:5.9g CK:4.2g FH:17.3g SÓ:0.9g Rizs köret EN:314.1kcal ZS:4.4g TZS:0.5g SZH:62.0g CK:0.0g FH:7.4g SÓ:0.0g	Rántotta (3;7;) EN:181.4kcal ZS:12.9g TZS:3.6g SZH:2.0g CK:0.8g FH:13.8g 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 Csemege uborka * (10;12;) EN:8.8kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.3g FH:0.6g SÓ:1.4g	Sonkás kockasajt (7;) EN:67.9kcal ZS:5.3g TZS:3.4g SZH:1.6g CK:1.4g FH:3.5g SÓ:0.3g Kifli (1;7;) EN:219.2kcal ZS:3.1g TZS:1.2g SZH:40.7g CK:2.2g FH:5.8g SÓ:0.9g Paprika EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g