

	Hétfő 04.13	Kedd 04.14	Szerda 04.15	Csütörtök 04.16	Péntek 04.17
<b>Tízórai</b>	<b>Gyümölcs tea (12;)</b> EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Zöldfűszeres krém (7;)</b> EN:43.2kcal ZS:4.0g TZS:2.6g SZH:0.8g CK:0.5g FH:1.0g SÓ:0.2g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g <b>Kígyóuborka</b> EN:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.3g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	<b>Vaníliás tej (7;)</b> EN:171.0kcal ZS:3.0g TZS:1.8g SZH:29.2g CK:29.2g FH:6.0g SÓ:0.2g <b>margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g <b>Stangli (1;6;7;13;)</b> EN:145.5kcal ZS:6.1g TZS:0.3g SZH:18.8g CK:0.1g FH:2.8g SÓ:0.4g	<b>Gyümölcs tea (12;)</b> EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Sárgaborsókrém (7;)</b> EN:38.9kcal ZS:0.6g TZS:0.3g SZH:5.4g CK:0.6g FH:2.5g SÓ:0.0g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g	<b>Hideg tej (7;)</b> EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g <b>Mozzarella (7;)</b> EN:82.2kcal ZS:5.4g TZS:3.5g SZH:0.3g CK:0.3g FH:8.1g SÓ:0.3g <b>margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g	<b>Hideg tej (7;)</b> EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g <b>Főtt tojás (3;)</b> EN:36.7kcal ZS:2.2g TZS:0.7g SZH:0.2g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.1g <b>margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g <b>Kígyóuborka</b> EN:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.3g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g
<b>Ebéd</b>	<b>Lebbencsleves (1;9;12;)</b> EN:113.5kcal ZS:2.5g TZS:0.4g SZH:18.0g CK:2.7g FH:3.1g SÓ:0.9g <b>Fokhagymás apró (1;)</b> EN:150.5kcal ZS:8.8g TZS:1.8g SZH:3.5g CK:0.9g FH:12.6g SÓ:1.2g <b>Finomfőzelék (1;7;)</b> EN:311.9kcal ZS:10.6g TZS:1.5g SZH:39.4g CK:9.0g FH:11.6g SÓ:1.0g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:36.6kcal ZS:0.1g TZS:0.1g SZH:7.5g FH:1.1g SÓ:0.2g	<b>Pulykaragu leves (1;9;)</b> EN:107.4kcal ZS:3.4g TZS:0.7g SZH:9.1g CK:1.4g FH:9.2g SÓ:0.8g <b>Piskóta kocka (1;3;)</b> EN:143.3kcal ZS:1.9g TZS:0.0g SZH:26.7g CK:11.7g FH:2.3g SÓ:0.2g <b>Csokiöntet (7;)</b> EN:111.5kcal ZS:1.9g TZS:1.1g SZH:19.4g CK:12.7g FH:3.6g SÓ:0.1g <b>Alma</b> EN:24.5kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:4.9g CK:2.8g FH:0.3g SÓ:0.0g	<b>Karfiolleves (1;9;)</b> EN:93.4kcal ZS:5.5g TZS:0.6g SZH:9.3g CK:1.4g FH:2.6g SÓ:0.6g <b>Fasírt (1;3;)</b> EN:352.4kcal ZS:30.9g TZS:4.2g SZH:5.4g CK:0.1g FH:11.8g SÓ:0.3g <b>Majorannás burgonyafőzelék (1;7;12;)</b> EN:209.5kcal ZS:2.2g TZS:1.2g SZH:38.3g CK:2.5g FH:5.3g SÓ:0.5g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:36.6kcal ZS:0.1g TZS:0.1g SZH:7.5g FH:1.1g SÓ:0.2g <b>Alma</b> EN:24.5kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:4.9g CK:2.8g FH:0.3g SÓ:0.0g	<b>Tojásleves (1;3;)</b> EN:89.1kcal ZS:6.6g TZS:0.9g SZH:5.3g CK:0.0g FH:1.9g SÓ:0.7g <b>Rántott halrúd (1;4;)</b> EN:259.4kcal ZS:19.9g TZS:2.1g SZH:12.2g CK:0.4g FH:7.0g SÓ:0.4g <b>Párolt rizs</b> EN:303.7kcal ZS:3.0g TZS:0.4g SZH:62.4g CK:0.0g FH:7.5g SÓ:0.6g <b>Cékla * (10;)</b> EN:16.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:4.0g CK:1.9g FH:0.7g SÓ:0.4g	<b>Pandúrleves (1;7;9;12;)</b> EN:145.5kcal ZS:6.2g TZS:2.7g SZH:11.3g CK:1.1g FH:9.0g SÓ:1.2g <b>Gránátos kocka (1;12;)</b> EN:490.2kcal ZS:8.9g TZS:1.2g SZH:86.0g CK:3.5g FH:14.1g SÓ:0.9g <b>Csemege uborka * (10;12;)</b> EN:4.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.2g FH:0.3g SÓ:0.7g
<b>Uzsonna</b>	<b>Trappista sajt (7;)</b> EN:89.1kcal ZS:6.5g TZS:4.2g SZH:0.5g CK:0.0g FH:7.5g SÓ:0.6g <b>margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g <b>Zsemle (1;)</b> EN:168.5kcal ZS:4.3g SZH:26.4g FH:5.1g	<b>Csirkemell sonka</b> EN:21.8kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:0.4g CK:0.1g FH:3.0g SÓ:0.4g <b>margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g <b>Paprika</b> EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g	<b>Mátrai csemege szalámi</b> EN:48.0kcal ZS:4.5g TZS:1.9g SZH:0.1g CK:0.0g FH:1.8g SÓ:0.3g <b>margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g FH:0.0g SÓ:0.1g <b>Zsemle (1;)</b> EN:168.5kcal ZS:4.3g SZH:26.4g FH:5.1g <b>Paradicsom</b> EN:4.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.8g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	<b>Kenőmájás</b> EN:43.8kcal ZS:3.7g TZS:1.7g SZH:0.9g CK:0.3g FH:1.8g SÓ:0.4g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g SÓ:0.6g <b>Paprika</b> EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g	<b>Sajtós croissant (1;3;7;)</b> EN:180.5kcal ZS:9.1g TZS:5.0g SZH:20.7g CK:2.5g FH:3.6g SÓ:0.3g

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-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.