

	Hétfő 05.04	Kedd 05.05	Szerda 05.06	Csütörtök 05.07	Péntek 05.08	Szombat 05.09	Vasárnap 05.10
<b>Reggeli</b>	<b>Citromos tea</b> EN:28.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g  <b>Házi csirkemájkrém (7;)</b>  EN:66.0kcal ZS:4.6g TZS:2.8g SZH:2.0g CK:1.6g FH:4.0g SÓ:2.0g  <b>Teljeskiórlésű rozsos kenyér (1;)</b> EN:262.0kcal ZS:2.8g TZS:1.0g SZH:51.0g CK:1.7g FH:8.3g SÓ:1.4g	<b>Tej (7;)</b> EN:132.0kcal ZS:4.5g TZS:3.0g SZH:14.1g FH:8.7g SÓ:0.3g  <b>Töltött bundás kenyér (1;3;7;)</b> EN:464.6kcal ZS:22.8g TZS:4.2g SZH:52.2g CK:0.2g FH:11.6g SÓ:2.4g	<b>Vaníliás tej (7;)</b> EN:155.4kcal ZS:4.5g TZS:2.7g SZH:18.8g CK:18.8g FH:9.0g SÓ:0.3g  <b>Szendvicssonka</b>  EN:34.8kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:1.1g FH:6.0g SÓ:0.5g  <b>Margarin (7;)</b>  EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g  <b>Teljeskiórlésű 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>Tej (7;)</b> EN:132.0kcal ZS:4.5g TZS:3.0g SZH:14.1g FH:8.7g SÓ:0.3g  <b>Áfonya extradzsem</b>  EN:63.5kcal SZH:15.0g CK:13.0g  <b>Margarin (7;)</b>  EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g 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>Málna tea (12;)</b> EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g  <b>Tojáskrém (3;7;)</b>  EN:82.7kcal ZS:7.2g TZS:4.0g SZH:0.7g CK:0.6g FH:2.4g SÓ:0.2g  <b>Kukoricás kenyér (1;)</b>  EN:274.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:57.0g CK:1.1g FH:7.8g SÓ:1.4g  <b>TV paprika</b> EN:18.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.8g CK:0.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	<b>Gyümölcs tea (12;)</b> EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g  <b>Zala felvágott</b>  EN:96.0kcal ZS:8.0g TZS:3.2g SZH:0.8g CK:0.2g FH:5.2g SÓ:0.9g  <b>Margarin (7;)</b>  EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g  <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:248.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:53.0g CK:0.4g FH:6.8g SÓ:1.6g  <b>Póréhagyma</b> EN:22.8kcal ZS:0.2g SZH:4.1g FH:1.3g	<b>Gyümölcs tea (12;)</b> EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g  <b>Füstölt-főtt császárszalonna</b> EN:198.5kcal ZS:18.8g TZS:7.5g SZH:0.6g CK:0.3g FH:6.8g SÓ:1.1g  <b>Félbarna kenyér (1;)</b>  EN:248.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:53.0g CK:0.4g FH:6.8g SÓ:1.6g  <b>Paradicsom</b> EN:13.8kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g
<b>Tízórai</b>	<b>Alma kompót</b> EN:65.6kcal ZS:0.2g SZH:13.6g CK:12.0g FH:0.2g	<b>Dejós búrkifli (1;7;)</b> EN:319.0kcal ZS:7.1g TZS:1.6g SZH:54.0g CK:8.7g FH:9.8g SÓ:0.6g	<b>Narancs</b> EN:49.2kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.2g CK:7.8g FH:0.7g SÓ:0.0g	<b>Kockasajt (7;)</b> EN:141.0kcal ZS:11.1g TZS:7.5g SZH:3.6g CK:2.8g FH:6.6g SÓ:1.0g  <b>Kifli (1;7;)</b> EN:231.3kcal ZS:1.7g TZS:0.9g SZH:45.9g CK:2.2g FH:7.0g SÓ:0.7g	<b>Banán</b> EN:210.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:48.4g CK:30.0g FH:2.6g SÓ:0.0g	<b>Tejes szelet (1;3;6;7;)</b> EN:92.2kcal ZS:4.6g TZS:4.2g SZH:14.2g CK:8.1g FH:1.8g SÓ:0.0g	<b>Babapiskóta (1;3;)</b> EN:69.4kcal ZS:0.7g SZH:14.1g CK:6.4g FH:1.6g
<b>Ebéd</b>	<b>Húsleves (9;)</b> EN:76.3kcal ZS:1.6g TZS:0.5g SZH:8.1g CK:2.8g FH:6.7g SÓ:1.0g  <b>Levesbetét tészta (1;)</b>  EN:153.1kcal ZS:9.4g TZS:1.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.4g  <b>Leccsós sertésszelet</b>  EN:172.3kcal ZS:9.0g TZS:2.0g SZH:4.2g CK:0.0g FH:17.2g SÓ:2.1g  <b>Tört burgonya (12;)</b> EN:315.2kcal ZS:4.3g TZS:0.4g SZH:55.2g CK:0.0g FH:7.5g SÓ:1.2g	<b>Fokhagyma krémleves (1;7;)</b> EN:289.3kcal ZS:22.5g TZS:4.4g SZH:16.6g CK:0.7g FH:4.3g SÓ:1.5g  <b>Napraforgómag</b>  EN:177.0kcal ZS:14.3g TZS:2.1g SZH:5.2g CK:0.0g FH:5.6g SÓ:0.0g  <b>Zöldfűszeres csirkemell szelet</b>  EN:159.9kcal ZS:6.7g TZS:1.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:23.3g SÓ:0.9g  <b>Párolt kukorica 1/2</b> EN:163.2kcal ZS:3.4g TZS:0.3g SZH:27.0g CK:14.9g FH:4.3g SÓ:0.7g	<b>Fahéjas szilvaleves (1;7;)</b> EN:252.2kcal ZS:5.2g TZS:3.3g SZH:45.9g CK:38.1g FH:3.1g SÓ:0.0g  <b>Parajos halas penne (1;4;)</b>  EN:465.6kcal ZS:10.0g TZS:1.6g SZH:59.2g CK:2.5g FH:25.5g SÓ:2.0g  <b>Reszelt sajt (7;)</b>  EN:138.8kcal ZS:10.8g TZS:6.8g SZH:0.8g CK:0.8g FH:10.4g SÓ:0.5g	<b>Zeller leves (1;3;9;)</b> EN:74.7kcal ZS:2.4g TZS:0.3g SZH:9.1g CK:1.4g FH:2.4g SÓ:1.5g  <b>Brassói sertés aprópecsenye</b>  EN:521.7kcal ZS:19.0g TZS:5.7g SZH:61.5g CK:0.5g FH:22.1g SÓ:2.0g	<b>Lencseleves (1;7;10;)</b> EN:311.4kcal ZS:7.6g TZS:2.8g SZH:39.1g CK:3.5g FH:16.0g SÓ:1.4g  <b>Mézes-mustáros csirkemell ragu (7;10;)</b> EN:190.7kcal ZS:4.1g TZS:1.7g SZH:13.2g CK:13.2g FH:21.9g SÓ:1.4g  <b>Főtt tészta (1;)</b>  EN:345.5kcal ZS:8.6g TZS:1.0g SZH:57.4g CK:2.8g FH:10.0g SÓ:1.4g	<b>Májgombóc leves (1;3;9;)</b> EN:147.2kcal ZS:2.4g TZS:0.9g SZH:19.6g CK:2.8g FH:11.6g SÓ:1.8g  <b>Panírozott csirkemell szelet (1;3;)</b> EN:489.5kcal ZS:30.3g TZS:4.4g SZH:25.3g CK:0.2g FH:27.6g SÓ:2.0g  <b>Gombás rizs</b>  EN:542.8kcal ZS:10.6g TZS:1.2g SZH:97.9g CK:0.0g FH:15.0g SÓ:1.0g	<b>Mészáros leves (1;)</b> EN:185.4kcal ZS:13.9g TZS:4.4g SZH:3.6g CK:0.0g FH:11.4g SÓ:0.6g  <b>Császármorzsa (1;3;6;7;)</b> EN:816.5kcal ZS:17.3g TZS:7.3g SZH:142.8g FH:21.0g SÓ:0.0g  <b>Barack extradzsem</b>  EN:72.9kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:17.4g CK:15.3g FH:0.2g SÓ:0.0g

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(kehérje: 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; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfidok; 13-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.



	Hétfő 05.04	Kedd 05.05	Szerda 05.06	Csütörtök 05.07	Péntek 05.08	Szombat 05.09	Vasárnap 05.10
<b>Ebéd</b>	<b>Banán</b> EN:210.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:48.4g CK:30.0g FH:2.6g SÓ:0.0g	<b>Rizs köret 1/2</b> EN:257.3kcal ZS:5.7g TZS:0.7g SZH:46.5g CK:0.0g FH:5.6g SÓ:1.5g					
<b>Ebéd B</b>	<b>Jókai bableves (1;7;9;)</b> EN:439.2kcal ZS:34.8g TZS:13.5g SZH:17.3g CK:2.6g FH:11.8g SÓ:4.5g	<b>Meggye leves (1;7;)</b> EN:267.2kcal ZS:4.6g TZS:2.9g SZH:51.2g CK:41.4g FH:3.4g SÓ:0.7g	<b>KarottakréMLEVES (1;7;)</b> EN:189.6kcal ZS:10.6g TZS:5.0g SZH:19.7g CK:1.7g FH:3.6g SÓ:1.2g	<b>Kertészleves (1;)</b> EN:80.3kcal ZS:4.0g TZS:0.5g SZH:8.7g CK:1.8g FH:2.3g SÓ:3.0g	<b>Fahéjas almaleves (1;7;)</b> EN:264.5kcal ZS:5.2g TZS:3.3g SZH:49.1g CK:41.3g FH:2.9g SÓ:0.0g	<b>Májgombóc leves (1;3;9;)</b> EN:147.2kcal ZS:2.4g TZS:0.9g SZH:19.6g CK:2.8g FH:11.6g SÓ:1.8g	<b>Mészáros leves (1;)</b> EN:185.4kcal ZS:13.9g TZS:4.4g SZH:3.6g CK:0.0g FH:11.4g SÓ:0.6g
	<b>Sárgabarack töltelékes gombóc (1;3;)</b> EN:596.0kcal ZS:8.2g TZS:2.0g SZH:72.8g CK:12.4g FH:8.7g SÓ:2.1g	<b>Sajtos rakott cukkini (7;)</b> EN:486.3kcal ZS:30.0g TZS:10.7g SZH:29.2g CK:4.3g FH:23.7g SÓ:2.7g	<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>Csirke aprópecsenye</b> EN:283.1kcal ZS:21.6g TZS:5.8g SZH:1.4g CK:0.0g FH:19.2g SÓ:1.3g	<b>Sült csirkecomb filé</b> EN:246.0kcal ZS:12.4g TZS:2.5g SZH:0.8g CK:0.0g FH:31.4g SÓ:1.7g	<b>Sült kolbász</b> EN:396.0kcal ZS:38.9g TZS:15.6g SZH:2.1g CK:0.1g FH:9.4g SÓ:2.1g	<b>Túrós tészta (1;7;)</b> EN:542.7kcal ZS:13.4g TZS:5.5g SZH:82.3g CK:6.9g FH:22.4g SÓ:2.2g
	<b>Porcukor szórat</b> EN:82.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:20.0g CK:20.0g FH:0.0g SÓ:0.0g		<b>Tarhonyás hús (1;)</b> EN:637.4kcal ZS:18.1g TZS:4.5g SZH:81.8g CK:4.6g FH:34.8g SÓ:2.5g	<b>Zöldbabfőzelék (1;7;)</b> EN:263.6kcal ZS:14.8g TZS:4.4g SZH:24.1g CK:7.9g FH:6.3g SÓ:1.5g	<b>Petrezselymes burgonya (7;12;)</b> EN:290.3kcal ZS:2.4g TZS:0.8g SZH:53.6g CK:0.0g FH:7.4g SÓ:1.5g	<b>Párolt káposzta 1/2</b> EN:130.7kcal ZS:5.8g TZS:0.6g SZH:16.6g CK:8.0g FH:2.4g SÓ:1.1g	
	<b>Banán</b> EN:210.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:48.4g CK:30.0g FH:2.6g SÓ:0.0g		<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>Vegyes vágott savanyúság * (10;12;)</b> EN:18.0kcal ZS:0.1g SZH:2.4g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:2.0g	<b>Hagymás tört burgonya 1/2 (12;)</b> EN:182.0kcal ZS:3.5g TZS:0.4g SZH:30.1g CK:0.0g FH:4.1g SÓ:1.5g	
<b>Uzsonna</b>	<b>Menüüti (7;)</b> EN:105.8kcal ZS:3.7g SZH:16.9g FH:1.3g	<b>Körte kompót</b> EN:25.6kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:6.8g CK:6.8g FH:0.4g SÓ:1.2g	<b>Tepertős pogácsa (1;3;7;)</b> EN:432.7kcal ZS:26.1g TZS:2.4g SZH:55.7g CK:6.5g FH:9.2g SÓ:1.2g	<b>Gyümölcs saláta</b> EN:86.1kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:19.5g CK:19.3g FH:1.3g SÓ:0.0g	<b>Teljes kiőrlésű Kakaós csiga (1;3;7;)</b> EN:439.0kcal ZS:20.0g TZS:12.4g SZH:55.0g CK:22.5g FH:6.9g SÓ:0.5g	<b>Alma</b> EN:59.5kcal ZS:0.7g TZS:0.0g SZH:11.9g CK:6.8g FH:0.7g SÓ:0.0g	<b>Ananász befőtt</b> EN:56.8kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:13.6g CK:12.0g FH:0.4g SÓ:0.2g
<b>Egyéb vacsora</b>	<b>Szendvicstúró (7;)</b> EN:84.0kcal ZS:5.5g TZS:3.4g SZH:1.3g CK:1.1g FH:6.5g SÓ:0.2g	<b>Pulyka sonka (6;7;)</b> EN:40.4kcal ZS:1.9g TZS:0.6g SZH:1.5g CK:0.3g FH:4.7g SÓ:1.1g	<b>Zöldfűszeres vajkrém (7;)</b> EN:108.0kcal ZS:10.0g TZS:6.5g SZH:2.0g CK:1.3g FH:2.5g SÓ:0.5g	<b>Gouda sajt (3;7;)</b> EN:171.5kcal ZS:13.0g TZS:8.9g SZH:1.0g CK:1.0g FH:14.0g SÓ:1.0g	<b>Fokhagymás felvágott</b> EN:103.6kcal ZS:9.2g TZS:4.4g SZH:0.4g FH:4.8g SÓ:1.0g	<b>Mátrai csemege szalámi</b> EN:120.0kcal ZS:11.3g TZS:4.8g SZH:0.2g CK:0.1g FH:4.5g SÓ:0.7g	<b>Löncshús (1;6;7;10;)</b> EN:146.5kcal ZS:13.0g TZS:4.7g SZH:1.0g CK:0.1g FH:6.0g SÓ:1.4g
	<b>Korpás zsemle (1;6;)</b> EN:282.1kcal ZS:1.6g TZS:0.1g SZH:53.8g CK:2.0g FH:9.5g SÓ:1.1g	<b>Margarin (7;)</b> EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g	<b>Vizes 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>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>Margarin (7;)</b> EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g	<b>Margarin (7;)</b> EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g	<b>Margarin (7;)</b> EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g
	<b>Lilahagyma</b> EN:16.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:3.3g CK:0.0g FH:0.5g SÓ:0.0g	<b>Teljeskiőrlésű zsemle (1;)</b> EN:235.0kcal ZS:1.5g TZS:0.5g SZH:47.0g CK:0.2g FH:8.3g SÓ:1.4g	<b>Paradicsom</b> EN:13.8kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	<b>Teljeskiőrlésű stangli (1;)</b> EN:126.5kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.2g SÓ:0.6g	<b>Vizes 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>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:248.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:53.0g CK:0.4g FH:6.8g SÓ:1.6g	<b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:248.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:53.0g CK:0.4g FH:6.8g SÓ:1.6g
		<b>Kígyóuborka</b> EN:7.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.0g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g					

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(nehézsav: 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. \* - édesítőszer tartalmaz.