

	Hétfő 05.04	Kedd 05.05	Szerda 05.06	Csütörtök 05.07	Péntek 05.08	Szombat 05.09	Vasárnap 05.10
Reggeli	Citromos tea EN:28.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Házi csirkemájkrém (7;) EN:66.0kcal ZS:4.6g TZS:2.8g SZH:2.0g CK:1.6g FH:4.0g SÓ:2.0g Teljeskiórlésű rozsos kenyér (1;) EN:262.0kcal ZS:2.8g TZS:1.0g SZH:51.0g CK:1.7g FH:8.3g SÓ:1.4g	Tej (7;) EN:132.0kcal ZS:4.5g TZS:3.0g SZH:14.1g FH:8.7g SÓ:0.3g Töltött bundás kenyér (1;3;7;) EN:464.6kcal ZS:22.8g TZS:4.2g SZH:52.2g CK:0.2g FH:11.6g SÓ:2.4g	Vaníliás tej (7;) EN:155.4kcal ZS:4.5g TZS:2.7g SZH:18.8g CK:18.8g FH:9.0g SÓ:0.3g Szendvicssonka EN:34.8kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:1.1g FH:6.0g SÓ:0.5g Margarin (7;) EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g Teljeskiórlésű kenyér (1;) EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g	Tej (7;) EN:132.0kcal ZS:4.5g TZS:3.0g SZH:14.1g FH:8.7g SÓ:0.3g Áfonya extradzsem EN:63.5kcal SZH:15.0g CK:13.0g Margarin (7;) EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g Fehér kenyér (1;) EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g	Málna tea (12;) EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Tojáskrém (3;7;) EN:82.7kcal ZS:7.2g TZS:4.0g SZH:0.7g CK:0.6g FH:2.4g SÓ:0.2g Kukoricás kenyér (1;) EN:274.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:57.0g CK:1.1g FH:7.8g SÓ:1.4g TV paprika EN:18.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.8g CK:0.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	Gyümölcs tea (12;) EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Zala felvágott EN:96.0kcal ZS:8.0g TZS:3.2g SZH:0.8g CK:0.2g FH:5.2g SÓ:0.9g Margarin (7;) EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:53.0g CK:0.4g FH:6.8g SÓ:1.6g Póréhagyma EN:22.8kcal ZS:0.2g SZH:4.1g FH:1.3g	Gyümölcs tea (12;) EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Füstölt-főtt császárszalonna EN:198.5kcal ZS:18.8g TZS:7.5g SZH:0.6g CK:0.3g FH:6.8g SÓ:1.1g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:53.0g CK:0.4g FH:6.8g SÓ:1.6g Paradicsom EN:13.8kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g
Tízórai	Alma kompót EN:65.6kcal ZS:0.2g SZH:13.6g CK:12.0g FH:0.2g	Dejós búrkifli (1;7;) EN:319.0kcal ZS:7.1g TZS:1.6g SZH:54.0g CK:8.7g FH:9.8g SÓ:0.6g	Narancs EN:49.2kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.2g CK:7.8g FH:0.7g SÓ:0.0g	Kockasajt (7;) EN:141.0kcal ZS:11.1g TZS:7.5g SZH:3.6g CK:2.8g FH:6.6g SÓ:1.0g Kifli (1;7;) EN:231.3kcal ZS:1.7g TZS:0.9g SZH:45.9g CK:2.2g FH:7.0g SÓ:0.7g	Banán EN:210.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:48.4g CK:30.0g FH:2.6g SÓ:0.0g	Tejes szelet (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	Babapiskóta (1;3;) EN:69.4kcal ZS:0.7g SZH:14.1g CK:6.4g FH:1.6g
Ebéd	Húsleves (9;) EN:76.3kcal ZS:1.6g TZS:0.5g SZH:8.1g CK:2.8g FH:6.7g SÓ:1.0g Levesbetét tészta (1;) EN:153.1kcal ZS:9.4g TZS:1.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:0.4g Leccsós sertésszelet EN:172.3kcal ZS:9.0g TZS:2.0g SZH:4.2g CK:0.0g FH:17.2g SÓ:2.1g Tört burgonya (12;) EN:315.2kcal ZS:4.3g TZS:0.4g SZH:55.2g CK:0.0g FH:7.5g SÓ:1.2g	Fokhagyma krémleves (1;7;) EN:289.3kcal ZS:22.5g TZS:4.4g SZH:16.6g CK:0.7g FH:4.3g SÓ:1.5g Napraforgómag EN:177.0kcal ZS:14.3g TZS:2.1g SZH:5.2g CK:0.0g FH:5.6g SÓ:0.0g Zöldfűszeres csirkemell szelet EN:159.9kcal ZS:6.7g TZS:1.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:23.3g SÓ:0.9g Párolt kukorica 1/2 EN:163.2kcal ZS:3.4g TZS:0.3g SZH:27.0g CK:14.9g FH:4.3g SÓ:0.7g	Fahéjas szilvaleves (1;7;) EN:252.2kcal ZS:5.2g TZS:3.3g SZH:45.9g CK:38.1g FH:3.1g SÓ:0.0g Parajos halas penne (1;4;) EN:465.6kcal ZS:10.0g TZS:1.6g SZH:59.2g CK:2.5g FH:25.5g SÓ:2.0g Reszelt sajt (7;) EN:138.8kcal ZS:10.8g TZS:6.8g SZH:0.8g CK:0.8g FH:10.4g SÓ:0.5g	Zeller leves (1;3;9;) EN:74.7kcal ZS:2.4g TZS:0.3g SZH:9.1g CK:1.4g FH:2.4g SÓ:1.5g Brassói sertés aprópecsenye EN:521.7kcal ZS:19.0g TZS:5.7g SZH:61.5g CK:0.5g FH:22.1g SÓ:2.0g	Lencseleves (1;7;10;) EN:311.4kcal ZS:7.6g TZS:2.8g SZH:39.1g CK:3.5g FH:16.0g SÓ:1.4g Mézes-mustáros csirkemell ragu (7;10;) EN:190.7kcal ZS:4.1g TZS:1.7g SZH:13.2g CK:13.2g FH:21.9g SÓ:1.4g Főtt tészta (1;) EN:345.5kcal ZS:8.6g TZS:1.0g SZH:57.4g CK:2.8g FH:10.0g SÓ:1.4g	Májgombóc leves (1;3;9;) EN:147.2kcal ZS:2.4g TZS:0.9g SZH:19.6g CK:2.8g FH:11.6g SÓ:1.8g Panírozott csirkemell szelet (1;3;) EN:489.5kcal ZS:30.3g TZS:4.4g SZH:25.3g CK:0.2g FH:27.6g SÓ:2.0g Gombás rizs EN:542.8kcal ZS:10.6g TZS:1.2g SZH:97.9g CK:0.0g FH:15.0g SÓ:1.0g	Mészáros leves (1;) EN:185.4kcal ZS:13.9g TZS:4.4g SZH:3.6g CK:0.0g FH:11.4g SÓ:0.6g Császármorzsa (1;3;6;7;) EN:816.5kcal ZS:17.3g TZS:7.3g SZH:142.8g FH:21.0g SÓ:0.0g Barack extradzsem 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, szulfitok; 13-Csilagfürt; 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
Ebéd	Banán EN:210.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:48.4g CK:30.0g FH:2.6g SÓ:0.0g	Rizs köret 1/2 EN:257.3kcal ZS:5.7g TZS:0.7g SZH:46.5g CK:0.0g FH:5.6g SÓ:1.5g					
Ebéd B	Jókai bableves (1;7;9;) EN:439.2kcal ZS:34.8g TZS:13.5g SZH:17.3g CK:2.6g FH:11.8g SÓ:4.5g Sárgabarack töltelékes gombóc (1;3;) EN:596.0kcal ZS:8.2g TZS:2.0g SZH:72.8g CK:12.4g FH:8.7g SÓ:2.1g Porcukor szórat EN:82.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:20.0g CK:20.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g Banán EN:210.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:48.4g CK:30.0g FH:2.6g SÓ:0.0g	Meggyleves (1;7;) EN:267.2kcal ZS:4.6g TZS:2.9g SZH:51.2g CK:41.4g FH:3.4g SÓ:0.7g Sajtos rakott cukkini (7;) EN:486.3kcal ZS:30.0g TZS:10.7g SZH:29.2g CK:4.3g FH:23.7g SÓ:2.7g	Karottakrémleves (1;7;) EN:189.6kcal ZS:10.6g TZS:5.0g SZH:19.7g CK:1.7g FH:3.6g SÓ:1.2g Levesgyöngy (1;3;7;) EN:50.0kcal ZS:2.8g TZS:1.3g SZH:5.3g CK:0.6g FH:0.8g SÓ:0.1g Tarhonyás hús (1;) EN:637.4kcal ZS:18.1g TZS:4.5g SZH:81.8g CK:4.6g FH:34.8g SÓ:2.5g 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	Kertészleves (1;) EN:80.3kcal ZS:4.0g TZS:0.5g SZH:8.7g CK:1.8g FH:2.3g SÓ:3.0g Csirke aprópecsenye EN:283.1kcal ZS:21.6g TZS:5.8g SZH:1.4g CK:0.0g FH:19.2g SÓ:1.3g Zöldbabfőzelék (1;7;) EN:263.6kcal ZS:14.8g TZS:4.4g SZH:24.1g CK:7.9g FH:6.3g SÓ:1.5g Teljes kiőrlésű kenyér (1;) EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g FH:12.0g SÓ:1.7g	Fahéjas almaleves (1;7;) EN:264.5kcal ZS:5.2g TZS:3.3g SZH:49.1g CK:41.3g FH:2.9g SÓ:0.0g Sült csirkecomb filé EN:246.0kcal ZS:12.4g TZS:2.5g SZH:0.8g CK:0.0g FH:31.4g SÓ:1.7g Petrezselymes burgonya (7;12;) EN:290.3kcal ZS:2.4g TZS:0.8g SZH:53.6g CK:0.0g FH:7.4g SÓ:1.5g Vegyes vágott savanyúság * (10;12;) EN:18.0kcal ZS:0.1g SZH:2.4g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:2.0g	Májgombóc leves (1;3;9;) EN:147.2kcal ZS:2.4g TZS:0.9g SZH:19.6g CK:2.8g FH:11.6g SÓ:1.8g Sült kolbász EN:396.0kcal ZS:38.9g TZS:15.6g SZH:2.1g CK:0.1g FH:9.4g SÓ:2.1g Párolt káposzta 1/2 EN:130.7kcal ZS:5.8g TZS:0.6g SZH:16.6g CK:8.0g FH:2.4g SÓ:1.1g Hagymás tört burgonya 1/2 (12;) EN:182.0kcal ZS:3.5g TZS:0.4g SZH:30.1g CK:0.0g FH:4.1g SÓ:1.5g	Mészáros leves (1;) EN:185.4kcal ZS:13.9g TZS:4.4g SZH:3.6g CK:0.0g FH:11.4g SÓ:0.6g Túrós tészta (1;7;) EN:542.7kcal ZS:13.4g TZS:5.5g SZH:82.3g CK:6.9g FH:22.4g SÓ:2.2g
Uzsonna	Menüüti (7;) EN:105.8kcal ZS:3.7g SZH:16.9g FH:1.3g	Körte kompót EN:25.6kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:6.8g CK:6.8g FH:0.4g SÓ:1.2g	Tepertős pogácsa (1;3;7;) EN:432.7kcal ZS:26.1g TZS:2.4g SZH:55.7g CK:6.5g FH:9.2g SÓ:1.2g	Gyümölcs saláta EN:86.1kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:19.5g CK:19.3g FH:1.3g SÓ:0.0g	Teljes kiőrlésű Kakaós csiga (1;3;7;) EN:439.0kcal ZS:20.0g TZS:12.4g SZH:55.0g CK:22.5g FH:6.9g SÓ:0.5g	Alma EN:59.5kcal ZS:0.7g TZS:0.0g SZH:11.9g CK:6.8g FH:0.7g SÓ:0.0g	Ananász befőtt EN:56.8kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:13.6g CK:12.0g FH:0.4g SÓ:0.2g
Vacsora	Szendvicstúró (7;) EN:84.0kcal ZS:5.5g TZS:3.4g SZH:1.3g CK:1.1g FH:6.5g SÓ:0.2g 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 Lilahagyma EN:16.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:3.3g CK:0.0g FH:0.5g SÓ:0.0g	Pulyka sonka (6;7;) EN:40.4kcal ZS:1.9g TZS:0.6g SZH:1.5g CK:0.3g FH:4.7g SÓ:1.1g Margarin (7;) EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g Teljeskiőrlésű zsemle (1;) EN:235.0kcal ZS:1.5g TZS:0.5g SZH:47.0g CK:0.2g FH:8.3g SÓ:1.4g Kígyóuborka EN:7.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.0g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Zöldfűszeres vajkrém (7;) EN:108.0kcal ZS:10.0g TZS:6.5g SZH:2.0g CK:1.3g FH:2.5g SÓ:0.5g Vízes zsemle (1;) EN:250.0kcal ZS:0.8g TZS:0.4g SZH:60.0g CK:0.2g FH:7.8g SÓ:1.1g Paradicsom EN:13.8kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Gouda sajt (3;7;) EN:171.5kcal ZS:13.0g TZS:8.9g SZH:1.0g CK:1.0g FH:14.0g SÓ:1.0g Hónapos retek EN:1.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.2g CK:0.0g FH:0.1g SÓ:0.0g Teljeskiőrlésű stangli (1;) EN:126.5kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.2g SÓ:0.6g	Fokhagymás felvágott EN:103.6kcal ZS:9.2g TZS:4.4g SZH:0.4g FH:4.8g SÓ:1.0g Margarin (7;) EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g Vízes zsemle (1;) EN:250.0kcal ZS:0.8g TZS:0.4g SZH:60.0g CK:0.2g FH:7.8g SÓ:1.1g	Mátrai csemege szalámi EN:120.0kcal ZS:11.3g TZS:4.8g SZH:0.2g CK:0.1g FH:4.5g SÓ:0.7g Margarin (7;) EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:53.0g CK:0.4g FH:6.8g SÓ:1.6g	Löncshús (1;6;7;10;) EN:146.5kcal ZS:13.0g TZS:4.7g SZH:1.0g CK:0.1g FH:6.0g SÓ:1.4g Margarin (7;) EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:248.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:53.0g CK:0.4g FH:6.8g SÓ:1.6g

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-Hal; 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. * - édesítésszármazékot tartalmaz.