

	Hétfő 05.11	Kedd 05.12	Szerda 05.13	Csütörtök 05.14	Péntek 05.15
<b>Ebéd A</b>	<b>Sertésraguleves (1;7;)</b> EN:286.5kcal ZS:21.8g TZS:6.5g SZH:10.5g CK:2.9g FH:11.7g SÓ:2.8g <b>Káposztás kocka (1;)</b> EN:466.5kcal ZS:10.7g TZS:1.3g SZH:77.6g CK:9.1g FH:14.5g SÓ:1.8g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g <b>Alma</b> EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	<b>Daragaluskaleves (1;3;)</b> EN:244.0kcal ZS:18.7g TZS:2.0g SZH:17.3g CK:3.2g FH:3.3g SÓ:0.1g <b>Főtt tojás (3;)</b> EN:146.7kcal ZS:8.8g TZS:2.7g SZH:0.6g CK:0.4g FH:9.9g SÓ:0.3g <b>Parajmártás (1;7;)</b> EN:250.6kcal ZS:15.1g TZS:2.5g SZH:22.3g CK:7.3g FH:5.8g SÓ:1.1g <b>Főtt burgonya (12;)</b> EN:300.8kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:58.9g CK:0.0g FH:8.0g SÓ:0.9g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g <b>Gesztenyerúd</b> EN:89.4kcal ZS:3.1g TZS:2.8g SZH:14.0g CK:8.7g FH:1.1g SÓ:0.0g	<b>Paradicsomleves (1;)</b> EN:282.1kcal ZS:3.4g TZS:0.4g SZH:52.7g CK:17.6g FH:7.9g SÓ:0.9g <b>Szárnyasrizottó (9;)</b> EN:427.9kcal ZS:14.3g TZS:2.5g SZH:45.1g CK:0.4g FH:28.9g SÓ:2.9g <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>Lebbencs leves (1;12;)</b> EN:184.1kcal ZS:8.1g TZS:1.4g SZH:22.6g CK:0.8g FH:4.0g SÓ:1.5g <b>Sertéspörkölt</b> EN:452.4kcal ZS:37.2g TZS:8.9g SZH:9.1g CK:0.0g FH:19.8g SÓ:1.9g <b>Tökfőzelék (1;7;)</b> EN:364.5kcal ZS:18.6g TZS:5.8g SZH:44.5g CK:23.0g FH:4.5g SÓ:1.0g <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g	<b>Ivólé</b> EN:92.0kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:19.6g CK:17.8g FH:0.8g SÓ:0.0g <b>Rántott csirkeemell (1;)</b> EN:668.0kcal ZS:55.0g TZS:6.0g SZH:26.0g CK:1.0g FH:16.9g SÓ:2.1g <b>Petrezselymes burgonya (12;)</b> EN:568.0kcal ZS:33.5g TZS:3.7g SZH:52.4g CK:0.1g FH:7.7g SÓ:1.1g <b>Mongol saláta * (10;)</b> EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g FH:2.0g SÓ:0.8g <b>Banán</b> EN:262.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:60.5g CK:37.5g FH:3.3g SÓ:0.0g
<b>Ebéd B</b>	<b>Sertésraguleves (1;7;)</b> EN:286.5kcal ZS:21.8g TZS:6.5g SZH:10.5g CK:2.9g FH:11.7g SÓ:2.8g <b>Csokiöntet (1;7;)</b> EN:143.5kcal ZS:3.6g TZS:2.2g SZH:18.9g CK:10.0g FH:7.7g SÓ:0.2g <b>Piskóta kocka (1;3;)</b> EN:292.0kcal ZS:5.0g TZS:1.0g SZH:19.5g CK:23.4g FH:8.6g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g <b>Alma</b> EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	<b>Daragaluskaleves (1;3;)</b> EN:244.0kcal ZS:18.7g TZS:2.0g SZH:17.3g CK:3.2g FH:3.3g SÓ:0.1g <b>Köményes sertéssült</b> EN:166.0kcal ZS:8.3g TZS:2.9g SZH:1.9g CK:0.1g FH:19.7g SÓ:0.8g <b>Bulgur köret 1/2 (1;)</b> EN:300.3kcal ZS:3.7g TZS:0.2g SZH:56.0g CK:8.0g FH:10.4g SÓ:0.4g <b>Párolt zöldségköret fél adag</b> EN:118.6kcal ZS:3.0g TZS:0.3g SZH:18.9g CK:5.5g FH:4.2g SÓ:0.8g <b>Gesztenyerúd</b> EN:89.4kcal ZS:3.1g TZS:2.8g SZH:14.0g CK:8.7g FH:1.1g SÓ:0.0g	<b>Paradicsomleves (1;)</b> EN:282.1kcal ZS:3.4g TZS:0.4g SZH:52.7g CK:17.6g FH:7.9g SÓ:0.9g <b>Temesvári sertésragu (7;)</b> EN:235.2kcal ZS:19.0g TZS:5.9g SZH:4.6g CK:1.0g FH:12.2g SÓ:1.3g <b>Tészta köret (1;)</b> EN:688.1kcal ZS:28.7g TZS:2.9g SZH:82.3g CK:5.4g FH:19.3g SÓ:1.1g <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>Lebbencs leves (1;12;)</b> EN:184.1kcal ZS:8.1g TZS:1.4g SZH:22.6g CK:0.8g FH:4.0g SÓ:1.5g <b>Rántott halrúd (1;4;)</b> EN:336.1kcal ZS:20.7g TZS:2.1g SZH:22.8g CK:0.7g FH:13.2g SÓ:0.7g <b>Burgonyapüré (7;12;)</b> EN:406.4kcal ZS:11.0g TZS:6.1g SZH:57.8g CK:9.9g FH:13.0g SÓ:1.6g <b>Tartármártás (3;7;10;)</b> EN:234.3kcal ZS:20.5g TZS:5.8g SZH:9.7g CK:8.2g FH:1.4g SÓ:1.7g	<b>Ivólé</b> EN:92.0kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:19.6g CK:17.8g FH:0.8g SÓ:0.0g <b>Rakott brokkoli árpagyönggyel (1;3;7;)</b> EN:553.4kcal ZS:24.3g TZS:8.1g SZH:63.2g CK:3.8g FH:23.2g SÓ:1.3g <b>Banán</b> EN:262.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:60.5g CK:37.5g FH:3.3g SÓ:0.0g
<b>Napi összesítés</b>	EN: 1813.4 kcal; ZS: 65.3 g; TZS: 17.7 g; SZH: 206.6 g; CK: 64.4 g; FH: 61.4 g; SÓ: 8.6 g;	EN: 2048.8 kcal; ZS: 83.6 g; TZS: 18.5 g; SZH: 241.8 g; CK: 45.1 g; FH: 69.7 g; SÓ: 5.0 g;	EN: 1933.0 kcal; ZS: 69.0 g; TZS: 12.1 g; SZH: 240.3 g; CK: 42.6 g; FH: 77.4 g; SÓ: 9.8 g;	EN: 2295.1 kcal; ZS: 124.9 g; TZS: 31.6 g; SZH: 215.1 g; CK: 43.4 g; FH: 64.7 g; SÓ: 10.7 g;	EN: 2520.8 kcal; ZS: 114.1 g; TZS: 17.8 g; SZH: 304.5 g; CK: 117.1 g; FH: 57.9 g; SÓ: 5.3 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; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfürt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszeret tartalmaz.