

	Hétfő 05.18	Kedd 05.19	Szerda 05.20	Csütörtök 05.21	Péntek 05.22	Szombat 05.23	Vasárnap 05.24
Reggeli	Citromos tea EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Tavaszi felvágott EN:110.8kcal ZS:9.6g TZS:4.0g SZH:1.3g CK:0.3g FH:4.8g SÓ:0.9g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g Zsemle (1;) EN:125.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:30.0g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.6g	Vaníliás tej (7;) EN:88.2kcal ZS:2.7g TZS:1.6g SZH:10.1g CK:10.1g FH:5.4g SÓ:0.2g Cheddar sajt EN:135.0kcal ZS:10.5g TZS:9.5g SZH:10.5g SÓ:1.1g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g Kígyóborka EN:7.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.0g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Citromos tea EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Házi sertésülthúskrém (7;) EN:71.0kcal ZS:5.5g TZS:2.8g SZH:0.7g CK:0.2g FH:4.4g SÓ:0.1g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g Paprika EN:15.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:0.0g FH:0.7g SÓ:0.0g	Forralt tej (7;) EN:76.5kcal ZS:2.5g TZS:1.5g SZH:7.8g CK:7.8g FH:5.1g SÓ:0.2g Alma-áfonyalekvár EN:50.8kcal SZH:12.0g CK:10.4g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:148.8kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:31.1g CK:0.1g FH:4.1g SÓ:0.7g	Málna tea EN:40.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Csirkemellsonka EN:43.6kcal ZS:1.8g TZS:0.6g SZH:0.8g CK:0.2g FH:6.0g SÓ:0.9g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g Lilahagyma EN:30.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:6.2g CK:0.0g FH:0.9g SÓ:0.0g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g	Gyümölcs tea (12;) EN:48.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:12.0g CK:12.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Zöldséges omlott (3;7;) EN:115.8kcal ZS:8.1g TZS:2.1g SZH:1.7g CK:0.3g FH:8.4g SÓ:0.8g Félbarna kenyér (1;) EN:148.8kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:31.1g CK:0.1g FH:4.1g SÓ:0.7g	Tejeskávé (1;7;) EN:87.0kcal ZS:2.4g TZS:1.4g SZH:10.7g CK:9.4g FH:5.0g SÓ:0.2g Sajtos kifli (1;7;) EN:160.5kcal ZS:3.6g SZH:23.8g FH:6.7g SÓ:0.5g
Tízórai	Nektarin EN:73.5kcal SZH:17.1g FH:0.6g	Tejföl (7;) EN:207.0kcal ZS:18.0g TZS:11.7g SZH:4.9g CK:4.9g FH:4.5g SÓ:0.1g Kifli (1;7;) EN:115.6kcal ZS:0.9g TZS:0.4g SZH:22.9g CK:1.1g FH:3.5g SÓ:0.4g	Vaníliás puding (1;7;) EN:154.0kcal ZS:4.2g TZS:3.5g SZH:27.5g CK:21.7g FH:1.4g SÓ:0.3g	Őszibarack EN:65.6kcal ZS:0.2g SZH:14.4g CK:14.4g FH:1.1g	Réteges joghurt (7;) EN:157.5kcal ZS:4.5g TZS:2.1g SZH:27.0g CK:27.0g FH:4.5g SÓ:0.0g	Kakaós csiga (1;7;) EN:219.5kcal ZS:9.8g TZS:6.2g SZH:29.3g CK:11.3g FH:3.1g SÓ:0.3g	Kefir (7;) EN:91.5kcal ZS:5.3g TZS:3.4g SZH:5.7g CK:5.7g FH:4.9g SÓ:0.1g Császár zsemle (1;6;) EN:152.7kcal ZS:1.7g TZS:0.0g SZH:29.4g CK:0.5g FH:4.7g SÓ:0.6g
Ebéd A	Babgulyás leves sertés (1;3;9;) EN:388.2kcal ZS:23.0g TZS:4.6g SZH:25.7g CK:2.6g FH:16.3g SÓ:1.5g Dejő szórát (1;) EN:149.6kcal ZS:5.0g TZS:0.4g SZH:21.2g CK:14.9g FH:4.4g SÓ:0.0g Metélt tészta (1;) EN:439.1kcal ZS:11.2g TZS:1.8g SZH:70.3g CK:2.7g FH:12.4g SÓ:0.8g Alma EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	Zöldséges lebbencsleves (1;) EN:95.6kcal ZS:6.5g TZS:0.7g SZH:7.4g CK:0.7g FH:1.5g SÓ:0.6g Sertés sült EN:410.2kcal ZS:34.5g TZS:6.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:25.2g SÓ:0.2g Paradicsomos káposzta (1;) EN:308.8kcal ZS:4.7g TZS:0.6g SZH:58.8g CK:33.0g FH:5.9g SÓ:0.5g Félbarna kenyér (1;) EN:74.4kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:15.6g CK:0.0g FH:2.0g SÓ:0.3g Túró rudi (6;7;) EN:105.6kcal ZS:5.1g TZS:4.2g SZH:11.7g CK:10.8g FH:3.0g SÓ:0.0g	Vajgaluskaleves (1;3;) EN:42.9kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:8.1g CK:2.4g FH:1.6g SÓ:1.7g Sült csirkemell EN:119.8kcal ZS:4.2g TZS:1.0g SZH:0.1g CK:0.1g FH:19.1g SÓ:0.6g Lecsós ragu EN:108.3kcal ZS:7.8g TZS:0.9g SZH:7.2g CK:1.0g FH:1.5g SÓ:0.8g Párolt rizs köret EN:383.5kcal ZS:5.5g TZS:0.7g SZH:73.7g CK:0.0g FH:7.8g SÓ:1.0g Körte EN:114.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:26.4g CK:3.3g FH:0.9g SÓ:0.0g	Tarhonyaleves (1;12;) EN:239.0kcal ZS:12.3g TZS:1.3g SZH:26.8g CK:0.7g FH:4.2g SÓ:1.3g Főtt tojás (3;) EN:73.3kcal ZS:4.4g TZS:1.4g SZH:0.3g CK:0.2g FH:5.0g SÓ:0.2g Parajfőzelék (1;7;) EN:240.3kcal ZS:12.8g TZS:1.8g SZH:23.0g CK:2.3g FH:6.5g SÓ:1.1g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:99.9kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:19.5g CK:0.0g FH:3.6g SÓ:0.5g	Meggye leves (1;7;) EN:133.7kcal ZS:2.6g TZS:2.1g SZH:25.0g CK:17.9g FH:2.2g SÓ:0.5g Rántott csirkemellfilé (1;3;) EN:739.9kcal ZS:40.8g TZS:6.5g SZH:35.8g CK:1.3g FH:54.5g SÓ:2.2g Rizi-bizi EN:329.1kcal ZS:6.4g TZS:0.8g SZH:56.6g CK:0.1g FH:8.6g SÓ:1.2g Cékla saláta * (10;) EN:34.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:8.5g CK:4.1g FH:1.4g SÓ:0.9g	Sajtkrémleves (7;) EN:559.4kcal ZS:42.4g TZS:26.2g SZH:17.2g CK:16.5g FH:26.5g SÓ:2.8g 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 Sertés húsos rakott zöldbab (1;7;) EN:480.6kcal ZS:25.7g TZS:9.1g SZH:42.4g CK:5.2g FH:17.6g SÓ:0.6g Menü süti (1;3;7;) EN:191.7kcal ZS:8.6g TZS:5.4g SZH:26.1g CK:17.1g FH:2.3g SÓ:0.3g	Tavaszi zöldségleves (1;3;) EN:238.3kcal ZS:16.3g TZS:1.9g SZH:17.9g CK:3.5g FH:4.3g SÓ:0.1g
Ebéd B	Babgulyás leves sertés (1;3;9;) EN:388.2kcal ZS:23.0g TZS:4.6g SZH:25.7g CK:2.6g FH:16.3g SÓ:1.5g	Zöldséges lebbencsleves (1;) EN:95.6kcal ZS:6.5g TZS:0.7g SZH:7.4g CK:0.7g FH:1.5g SÓ:0.6g	Vajgaluskaleves (1;3;) EN:42.9kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:8.1g CK:2.4g FH:1.6g SÓ:1.7g	Tarhonyaleves (1;12;) EN:239.0kcal ZS:12.3g TZS:1.3g SZH:26.8g CK:0.7g FH:4.2g SÓ:1.3g	Meggye leves (1;7;) EN:133.7kcal ZS:2.6g TZS:2.1g SZH:25.0g CK:17.9g FH:2.2g SÓ:0.5g	Sajtkrémleves (7;) EN:559.4kcal ZS:42.4g TZS:26.2g SZH:17.2g CK:16.5g FH:26.5g SÓ:2.8g	Tavaszi zöldségleves (1;3;) EN:238.3kcal ZS:16.3g TZS:1.9g SZH:17.9g CK:3.5g FH:4.3g SÓ:0.1g

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-Csilagfürt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.



	Hétfő 05.18	Kedd 05.19	Szerda 05.20	Csütörtök 05.21	Péntek 05.22	Szombat 05.23	Vasárnap 05.24
Ebéd B	Reszelt sajt (7;) EN:104.1kcal ZS:8.1g TZS:5.1g SZH:0.6g CK:0.6g FH:7.8g SÓ:0.4g Tejföl (7;) EN:39.6kcal ZS:3.6g TZS:3.0g SZH:1.1g CK:1.1g FH:0.8g SÓ:0.0g Spagetti (1;) EN:397.0kcal ZS:10.6g TZS:1.3g SZH:64.5g CK:3.1g FH:11.3g SÓ:1.2g Alma EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	Pulykaapró feltét (1;) EN:162.8kcal ZS:8.6g TZS:1.4g SZH:8.4g CK:0.0g FH:12.6g SÓ:1.9g Burgonyafőzelék (1;7;12;) EN:248.8kcal ZS:10.1g TZS:2.9g SZH:31.9g CK:0.7g FH:4.8g SÓ:0.7g Félbarna kenyér (1;) EN:74.4kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:15.6g CK:0.0g FH:2.0g SÓ:0.3g Túró rudi (6;7;) EN:105.6kcal ZS:5.1g TZS:4.2g SZH:11.7g CK:10.8g FH:3.0g SÓ:0.0g	Bakonyi sertésragu (1;7;) EN:500.9kcal ZS:43.4g TZS:7.2g SZH:11.6g CK:1.1g FH:15.3g SÓ:1.3g Bulgur köret (1;) EN:423.3kcal ZS:13.6g TZS:1.3g SZH:63.0g CK:9.0g FH:11.7g SÓ:0.8g Körte EN:114.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:26.4g CK:3.3g FH:0.9g SÓ:0.0g	Húsgombóc (3;) EN:277.5kcal ZS:11.4g TZS:3.9g SZH:29.5g CK:0.0g FH:13.4g SÓ:1.1g Karalábéfőzelék (1;7;) EN:164.8kcal ZS:7.1g TZS:0.9g SZH:19.7g CK:1.1g FH:3.8g SÓ:1.2g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:99.9kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:19.5g CK:0.0g FH:3.6g SÓ:0.5g	Csikós sertéstokány (1;7;) EN:263.8kcal ZS:21.1g TZS:9.1g SZH:5.5g CK:0.7g FH:12.8g SÓ:1.3g Tészta köret (1;) EN:499.3kcal ZS:20.2g TZS:2.0g SZH:60.8g CK:4.0g FH:14.3g SÓ:1.0g Cékla saláta * (10;) EN:34.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:8.5g CK:4.1g FH:1.4g SÓ:0.9g	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 Brassói aprópecsenye (1;12;) EN:453.8kcal ZS:22.0g TZS:6.2g SZH:39.8g CK:0.0g FH:19.8g SÓ:1.3g Mongol saláta * (10;) EN:19.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:1.4g FH:1.8g SÓ:0.7g Menü süti (1;3;7;) EN:191.7kcal ZS:8.6g TZS:5.4g SZH:26.1g CK:17.1g FH:2.3g SÓ:0.3g	Sült csirkecomb filé EN:253.6kcal ZS:10.3g TZS:2.6g SZH:1.0g CK:0.0g FH:37.6g SÓ:3.3g Burgonyapüré (7;12;) EN:356.0kcal ZS:10.3g TZS:5.7g SZH:49.4g CK:8.9g FH:11.3g SÓ:1.0g Körte EN:114.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:26.4g CK:3.3g FH:0.9g SÓ:0.0g
Uzsonna	Ivóoghurt epres (7;) EN:103.8kcal ZS:2.5g TZS:1.4g SZH:13.8g CK:13.8g FH:3.1g SÓ:0.1g Babapiskóta (1;3;) EN:8.2kcal ZS:0.1g SZH:1.7g CK:0.7g FH:0.2g	Körte EN:114.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:26.4g CK:3.3g FH:0.9g SÓ:0.0g	Szőlő EN:93.6kcal SZH:21.7g CK:11.4g FH:0.7g	Fánk (1;3;7;12;) EN:218.5kcal ZS:12.5g TZS:0.7g SZH:27.0g CK:8.0g FH:3.8g SÓ:0.4g	Alma EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	Ringlószilva EN:63.0kcal SZH:14.0g CK:3.7g FH:0.8g	Pogácsa (1;3;7;) EN:207.2kcal ZS:11.0g TZS:3.2g SZH:25.8g CK:0.7g FH:4.2g SÓ:1.2g
Vacsora	Citromos tea EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Orosz hússaláta * (3;7;10;12;) EN:341.8kcal ZS:15.7g TZS:6.2g SZH:28.9g CK:11.0g FH:17.1g SÓ:2.6g Félbarna kenyér (1;) EN:148.8kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:31.1g CK:0.1g FH:4.1g SÓ:0.7g	Citromos tea EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Padlizsánkrém (3;7;10;) EN:92.3kcal ZS:9.0g TZS:5.1g SZH:1.8g CK:0.9g FH:1.0g SÓ:1.1g SÓ:2.6g Zsemle (1;) EN:125.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:30.0g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.6g	Citromos tea EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Kockasajt, sonkás (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:115.6kcal ZS:0.9g TZS:0.4g SZH:22.9g CK:1.1g FH:3.5g SÓ:0.4g	Citromos tea EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Löncs felvágott EN:72.0kcal ZS:5.6g TZS:2.3g SZH:0.6g CK:0.4g FH:4.8g SÓ:1.0g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;) EN:153.7kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:31.2g CK:0.7g FH:5.9g SÓ:0.8g Paradicsom EN:11.5kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:1.3g FH:0.5g SÓ:0.0g	Citromos tea EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Sült oldalas EN:310.3kcal ZS:27.1g TZS:8.6g SZH:0.8g FH:15.7g SÓ:0.1g Félbarna kenyér (1;) EN:148.8kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:31.1g CK:0.1g FH:4.1g SÓ:0.7g Csemege uborka * (10;12;) EN:7.7kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.3g CK:0.3g FH:0.6g SÓ:1.2g	Citromos tea EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g 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 Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g Paprika EN:15.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:0.0g FH:0.7g SÓ:0.0g	Citromos tea EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Csemege szalámi EN:192.0kcal ZS:18.0g TZS:7.6g SZH:0.3g CK:0.2g FH:7.2g SÓ:1.2g Margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g Kígyóuborka EN:7.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.0g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g
Napi összesítés	EN: 2991.7 kcal; ZS: 116.8 g; TZS: 33.4 g; SZH: 364.9 g; CK: 73.6 g; FH: 104.6 g; SÓ: 10.5 g;	EN: 2792.5 kcal; ZS: 126.2 g; TZS: 50.6 g; SZH: 317.0 g; CK: 79.1 g; FH: 88.5 g; SÓ: 9.5 g;	EN: 2583.2 kcal; ZS: 92.1 g; TZS: 21.6 g; SZH: 344.4 g; CK: 62.4 g; FH: 81.9 g; SÓ: 10.0 g;	EN: 2275.2 kcal; ZS: 87.8 g; TZS: 17.0 g; SZH: 293.3 g; CK: 60.0 g; FH: 69.5 g; SÓ: 10.2 g;	EN: 3201.1 kcal; ZS: 132.0 g; TZS: 34.9 g; SZH: 357.9 g; CK: 97.7 g; FH: 137.3 g; SÓ: 12.4 g;	EN: 3563.6 kcal; ZS: 190.0 g; TZS: 99.5 g; SZH: 314.2 g; CK: 105.4 g; FH: 136.7 g; SÓ: 12.8 g;	EN: 2941.8 kcal; ZS: 117.0 g; TZS: 35.2 g; SZH: 331.6 g; CK: 48.9 g; FH: 126.9 g; SÓ: 10.5 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(nehézség: 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.