

	Hétfő 05.18	Kedd 05.19	Szerda 05.20	Csütörtök 05.21	Péntek 05.22
Ebéd A	Palócleves (sertés) (1;7;12;) EN:274.4kcal ZS:17.5g TZS:6.0g SZH:15.4g CK:1.6g FH:12.3g SÓ:0.8g Tejföl (7;) EN:52.8kcal ZS:4.8g TZS:4.0g SZH:1.4g CK:1.4g FH:1.0g SÓ:0.0g Tehéntúró (7;) EN:58.8kcal ZS:2.8g TZS:2.0g SZH:1.5g CK:1.5g FH:6.4g SÓ:0.0g Fodros nagykocka (1;) EN:608.0kcal ZS:20.1g TZS:2.4g SZH:89.4g CK:5.5g FH:17.1g SÓ:1.0g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g Alma EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	Csontleves EN:48.5kcal ZS:0.8g TZS:0.2g SZH:8.0g CK:3.4g FH:2.1g SÓ:2.1g Levesbetét tészta (1;) EN:35.1kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:7.2g CK:0.4g FH:1.3g SÓ:0.3g Csirkepörkölt EN:167.0kcal ZS:9.9g TZS:2.9g SZH:3.5g CK:0.0g FH:15.2g SÓ:1.4g Zöldbabfőzelék (1;7;) EN:137.2kcal ZS:7.5g TZS:2.6g SZH:11.7g CK:3.4g FH:4.5g SÓ:1.1g Félbarna kenyér (1;) EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g	Zellerkrémleves (1;7;9;) EN:238.2kcal ZS:18.5g TZS:3.8g SZH:13.8g CK:1.6g FH:2.8g SÓ:1.5g Pirított napraforgó EN:59.0kcal ZS:4.8g TZS:0.7g SZH:1.7g CK:0.0g FH:1.9g SÓ:0.0g Borsos sertés tokány (1;) EN:422.9kcal ZS:34.6g TZS:7.7g SZH:11.6g CK:0.0g FH:16.1g SÓ:1.5g Főtt burgonya (12;) EN:300.8kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:58.9g CK:0.0g FH:8.0g SÓ:0.9g 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	Magyaros burgonyaleves (1;12;) EN:274.8kcal ZS:9.0g TZS:2.5g SZH:38.7g CK:0.4g FH:6.0g SÓ:0.2g Füstölt főtt tarja kocka EN:208.8kcal ZS:16.0g TZS:6.4g SZH:1.0g CK:0.4g FH:15.3g SÓ:3.1g Sárgaborsófőzelék (1;) EN:554.4kcal ZS:24.2g TZS:5.6g SZH:59.7g CK:4.6g FH:22.6g SÓ:0.6g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g	Vegyes gyümölcsleves (1;7;) EN:175.3kcal ZS:2.6g TZS:2.1g SZH:35.2g CK:28.1g FH:2.0g SÓ:0.6g Rántott halrúd (1;4;) EN:336.1kcal ZS:20.7g TZS:2.1g SZH:22.8g CK:0.7g FH:13.2g SÓ:0.7g Kukoricás rizs EN:390.8kcal ZS:6.6g TZS:0.8g SZH:74.3g CK:2.5g FH:9.1g SÓ:1.3g 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
Ebéd B	Palócleves (sertés) (1;7;12;) EN:274.4kcal ZS:17.5g TZS:6.0g SZH:15.4g CK:1.6g FH:12.3g SÓ:0.8g Morzsa nudli (1;3;) EN:762.6kcal ZS:29.7g TZS:3.1g SZH:79.0g CK:0.7g FH:13.2g SÓ:2.1g Barack lekvár EN:48.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:11.6g CK:10.2g FH:0.1g SÓ:0.0g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g Alma EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	Csontleves EN:48.5kcal ZS:0.8g TZS:0.2g SZH:8.0g CK:3.4g FH:2.1g SÓ:2.1g Levesbetét tészta (1;) EN:35.1kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:7.2g CK:0.4g FH:1.3g SÓ:0.3g Főtt tojás (3;) EN:146.7kcal ZS:8.8g TZS:2.7g SZH:0.6g CK:0.4g FH:9.9g SÓ:0.3g Lencsefőzelék (1;7;10;) EN:591.0kcal ZS:20.0g TZS:3.8g SZH:73.8g CK:18.0g FH:21.7g SÓ:1.4g Félbarna kenyér (1;) EN:99.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:20.8g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g	Zellerkrémleves (1;7;9;) EN:238.2kcal ZS:18.5g TZS:3.8g SZH:13.8g CK:1.6g FH:2.8g SÓ:1.5g Pirított napraforgó EN:59.0kcal ZS:4.8g TZS:0.7g SZH:1.7g CK:0.0g FH:1.9g SÓ:0.0g Milánói makaróni sertés (1;) EN:837.8kcal ZS:27.9g TZS:10.0g SZH:107.8g CK:35.8g FH:38.4g SÓ:4.0g Reszelt sajt (7;) EN:69.4kcal ZS:5.4g TZS:3.4g SZH:0.4g CK:0.4g FH:5.2g 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	Magyaros burgonyaleves (1;12;) EN:274.8kcal ZS:9.0g TZS:2.5g SZH:38.7g CK:0.4g FH:6.0g SÓ:0.2g Sertés vagdalt (1;3;) EN:523.6kcal ZS:35.6g TZS:7.4g SZH:32.2g CK:0.8g FH:18.4g SÓ:1.9g Zöldborsófőzelék (1;7;) EN:412.0kcal ZS:10.9g TZS:2.3g SZH:55.8g CK:13.7g FH:17.8g SÓ:1.6g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g	Vegyes gyümölcsleves (1;7;) EN:175.3kcal ZS:2.6g TZS:2.1g SZH:35.2g CK:28.1g FH:2.0g SÓ:0.6g Sült csirkecomb filé EN:411.4kcal ZS:27.8g TZS:4.5g SZH:1.0g CK:0.0g FH:37.7g SÓ:5.2g Zöldséges bulgur (1;) EN:296.0kcal ZS:1.7g TZS:0.0g SZH:58.8g CK:9.3g FH:10.9g SÓ:0.5g 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
Napi összesítés	EN: 2486.0 kcal; ZS: 95.4 g; TZS: 23.9 g; SZH: 293.8 g; CK: 38.5 g; FH: 73.6 g; SÓ: 6.3 g;	EN: 1407.5 kcal; ZS: 48.8 g; TZS: 12.8 g; SZH: 161.6 g; CK: 29.4 g; FH: 63.3 g; SÓ: 10.0 g;	EN: 2436.5 kcal; ZS: 125.2 g; TZS: 38.4 g; SZH: 233.2 g; CK: 60.9 g; FH: 83.1 g; SÓ: 9.6 g;	EN: 2514.9 kcal; ZS: 106.1 g; TZS: 27.1 g; SZH: 278.1 g; CK: 20.2 g; FH: 95.6 g; SÓ: 8.9 g;	EN: 1802.6 kcal; ZS: 62.1 g; TZS: 11.4 g; SZH: 230.2 g; CK: 69.4 g; FH: 76.1 g; SÓ: 11.5 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(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-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszeret tartalmaz.