

	Hétfő 05.25	Kedd 05.26	Szerda 05.27	Csütörtök 05.28	Péntek 05.29
<b>Tízórai</b>		<b>Tejeskávé (1;7;)</b> EN:150.3kcal ZS:3.8g TZS:2.3g SZH:20.3g CK:19.0g FH:7.7g SÓ:0.3g <b>Pulyka sonka (6;7;)</b> EN:30.3kcal ZS:1.4g TZS:0.5g SZH:1.1g CK:0.2g FH:3.5g SÓ:0.8g <b>Margarin (7;)</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g  <b>Kukoricás kenyér (1;)</b> EN:191.8kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:39.9g CK:0.8g FH:5.5g SÓ:1.0g	<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>Póréhagymás tojáskrém (3;7;)</b> EN:44.0kcal ZS:3.0g TZS:1.3g SZH:0.7g CK:0.6g FH:2.4g SÓ:0.2g <b>Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1;)</b> EN:183.4kcal ZS:2.0g TZS:0.7g SZH:35.7g CK:1.2g FH:5.8g SÓ:1.0g	<b>Tej (7;)</b> EN:110.0kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:11.8g FH:7.3g SÓ:0.3g <b>Mátrai csemege szalámi</b> EN:96.0kcal ZS:9.0g TZS:3.8g SZH:0.2g CK:0.1g FH:3.6g SÓ:0.6g <b>Margarin (7;)</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g  <b>Korpás kenyér (1;6;)</b> EN:158.4kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:29.6g CK:0.6g FH:6.2g SÓ:1.0g <b>TV paprika</b> EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	<b>Epres tea</b> EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Körözött (7;)</b> EN:52.8kcal ZS:3.6g TZS:2.3g SZH:1.5g CK:0.7g FH:3.6g SÓ:0.3g <b>Teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:233.1kcal ZS:1.3g TZS:0.3g SZH:45.5g CK:0.0g FH:8.4g SÓ:1.2g <b>Zöldhagyma</b> EN:7.6kcal ZS:0.1g SZH:0.2g FH:0.4g
<b>Ebéd A</b>		<b>Karottakrémleves (1;7;)</b> EN:137.9kcal ZS:7.7g TZS:3.6g SZH:14.3g CK:1.2g FH:2.6g SÓ:0.9g <b>Pírtott kenyérkocka (1;)</b> EN:40.8kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:8.3g CK:0.4g FH:1.3g SÓ:0.1g <b>Tarhonyás hús (1;)</b> EN:462.1kcal ZS:13.0g TZS:2.9g SZH:60.3g CK:3.5g FH:24.9g SÓ:2.4g <b>Vegyes vágott savanyúság * (10;12;)</b> EN:12.6kcal ZS:0.1g SZH:1.7g CK:0.7g FH:0.6g SÓ:1.4g	<b>Sertés gulyásleves (1;3;9;12;)</b> EN:183.6kcal ZS:9.7g TZS:1.5g SZH:12.6g CK:1.0g FH:9.3g SÓ:1.7g <b>Tejberizs (7;)</b> EN:304.8kcal ZS:3.5g TZS:2.0g SZH:56.9g CK:18.1g FH:11.3g SÓ:0.7g <b>Fahéj szórát</b> EN:161.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:39.5g CK:39.5g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:74.4kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:15.6g CK:0.0g FH:2.0g SÓ:0.3g <b>Körte</b> EN:78.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:18.0g CK:2.3g FH:0.6g SÓ:0.0g	<b>Erőleves (9;)</b> EN:56.9kcal ZS:1.2g TZS:0.3g SZH:7.7g CK:2.9g FH:3.3g SÓ:1.3g <b>Levesbetét tészta (1;)</b> EN:118.0kcal ZS:9.3g TZS:1.0g SZH:7.2g CK:0.4g FH:1.3g SÓ:0.3g <b>Házi sertés vagdalt (1;3;)</b> EN:164.6kcal ZS:10.7g TZS:3.1g SZH:8.5g CK:0.1g FH:8.6g SÓ:1.2g <b>Kerti vegyesfőzelék (1;7;)</b> EN:165.4kcal ZS:4.4g TZS:1.6g SZH:24.0g CK:9.5g FH:5.8g SÓ:0.9g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:99.9kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:19.5g CK:0.0g FH:3.6g SÓ:0.5g	<b>Paradicsomleves (1;3;)</b> EN:115.3kcal ZS:4.0g TZS:0.5g SZH:17.3g CK:7.7g FH:1.5g SÓ:1.6g <b>Brokkolis csirkeragu (7;)</b> EN:174.7kcal ZS:9.9g TZS:2.9g SZH:4.0g CK:1.5g FH:17.2g SÓ:0.1g <b>Párolt bulgur (1;)</b> EN:250.6kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:49.0g CK:7.0g FH:9.1g SÓ:0.7g <b>Menüsüti (7;)</b> EN:105.8kcal ZS:3.7g SZH:16.9g FH:1.3g
<b>Ebéd B</b>		<b>Karottakrémleves (1;7;)</b> EN:137.9kcal ZS:7.7g TZS:3.6g SZH:14.3g CK:1.2g FH:2.6g SÓ:0.9g <b>Pírtott kenyérkocka (1;)</b> EN:40.8kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:8.3g CK:0.4g FH:1.3g SÓ:0.1g <b>Panírozott csirkemell cornflakes bundában (1;)</b> EN:247.2kcal ZS:17.0g TZS:2.0g SZH:14.8g CK:0.6g FH:8.4g SÓ:1.0g <b>Tavaszi rizs köret</b> EN:210.7kcal ZS:4.2g TZS:0.5g SZH:38.2g CK:1.8g FH:5.1g SÓ:1.5g <b>Vegyes vágott savanyúság * (10;12;)</b> EN:12.6kcal ZS:0.1g SZH:1.7g CK:0.7g FH:0.6g SÓ:1.4g	<b>Sertés gulyásleves (1;3;9;12;)</b> EN:183.6kcal ZS:9.7g TZS:1.5g SZH:12.6g CK:1.0g FH:9.3g SÓ:1.7g <b>Szilvás gombóc (1;3;12;)</b> EN:259.9kcal ZS:4.4g TZS:1.4g SZH:45.4g CK:13.3g FH:6.7g SÓ:0.9g <b>Fahéj szórát</b> EN:161.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:39.5g CK:39.5g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:74.4kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:15.6g CK:0.0g FH:2.0g SÓ:0.3g <b>Körte</b> EN:78.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:18.0g CK:2.3g FH:0.6g SÓ:0.0g	<b>Erőleves (9;)</b> EN:56.9kcal ZS:1.2g TZS:0.3g SZH:7.7g CK:2.9g FH:3.3g SÓ:1.3g <b>Levesbetét tészta (1;)</b> EN:118.0kcal ZS:9.3g TZS:1.0g SZH:7.2g CK:0.4g FH:1.3g SÓ:0.3g <b>Székelykáposzta (1;7;)</b> EN:319.9kcal ZS:16.5g TZS:3.6g SZH:20.9g CK:0.5g FH:20.5g SÓ:4.8g <b>Tejföl (7;)</b> EN:27.6kcal ZS:2.4g TZS:1.6g SZH:0.7g CK:0.7g FH:0.6g SÓ:0.0g <b>Teljes kiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:99.9kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:19.5g CK:0.0g FH:3.6g SÓ:0.5g	<b>Paradicsomleves (1;3;)</b> EN:115.3kcal ZS:4.0g TZS:0.5g SZH:17.3g CK:7.7g FH:1.5g SÓ:1.6g <b>Gombás sertésragu (1;9;)</b> EN:226.9kcal ZS:16.6g TZS:5.2g SZH:4.6g CK:0.0g FH:14.8g SÓ:1.0g <b>Párolt köles</b> EN:326.7kcal ZS:6.5g TZS:1.1g SZH:56.7g CK:4.7g FH:8.7g SÓ:0.7g <b>Menüsüti (7;)</b> EN:105.8kcal ZS:3.7g SZH:16.9g FH:1.3g
<b>Uzsonna</b>		<b>Zöldfűszeres vajkrém (7;)</b> EN:64.8kcal ZS:6.0g TZS:3.9g SZH:1.2g CK:0.8g FH:1.5g SÓ:0.3g	<b>Marha párizsi</b> EN:72.0kcal ZS:6.3g TZS:2.5g SZH:0.5g CK:0.1g FH:3.3g SÓ:0.5g	<b>Cheddar sajt (7;)</b> EN:121.2kcal ZS:10.0g TZS:5.7g SZH:0.9g FH:6.9g SÓ:0.2g	<b>Lekváros táska (1;6;)</b> EN:167.0kcal ZS:8.3g TZS:3.9g SZH:26.1g CK:8.2g FH:3.1g 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-Rákkfélek; 3-Tojás; 4-Halak; 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.

Hétfő  
05.25Kedd  
05.26Szerda  
05.27Csütörtök  
05.28Péntek  
05.29

Uzsonna

**Teljeskiőrlésű zsemle (1;)**EN:117.5kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:23.5g CK:0.1g  
FH:4.2g SÓ:0.7g**Hónapos retek**EN:1.1kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.2g CK:0.0g  
FH:0.1g SÓ:0.0g**Margarin (7;)**

EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g

**Vizes zsemle (1;)**EN:125.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:30.0g CK:0.1g  
FH:3.9g SÓ:0.6g**Kígyóuborka**EN:4.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.0g  
FH:0.4g SÓ:0.0g**Margarin (7;)**

EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g

**Teljeskiőrlésű zsemle (1;)**EN:117.5kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:23.5g CK:0.1g  
FH:4.2g SÓ:0.7g