

	Hétfő 05.25	Kedd 05.26	Szerda 05.27	Csütörtök 05.28	Péntek 05.29
<b>Tízórai</b>		<b>Tejeskávé (1;7;)</b> EN:117.5kcal ZS:3.0g TZS:1.8g SZH:15.5g CK:14.2g FH:6.2g SÓ:0.2g <b>Pulyka sonka (6;7;)</b> EN:20.2kcal ZS:1.0g TZS:0.3g SZH:0.8g CK:0.1g FH:2.4g SÓ:0.6g <b>Margarin (7;)</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g  <b>Kukoricás kenyér (1;)</b> EN:137.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:28.5g CK:0.6g FH:3.9g SÓ:0.7g	<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:131.0kcal ZS:1.4g TZS:0.5g SZH:25.5g CK:0.9g FH:4.2g SÓ:0.7g	<b>Tej (7;)</b> EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g <b>Mátrai csemege szalámi</b> EN:72.0kcal ZS:6.7g TZS:2.8g SZH:0.1g CK:0.1g FH:2.7g SÓ:0.4g <b>Margarin (7;)</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g  <b>Korpás kenyér (1;6;)</b> EN:132.0kcal ZS:0.7g TZS:0.1g SZH:24.6g CK:0.5g FH:5.2g SÓ:0.8g <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:30.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.5g CK:7.5g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Körözött (7;)</b> EN:35.2kcal ZS:2.4g TZS:1.6g SZH:1.0g CK:0.5g FH:2.4g SÓ:0.2g <b>Teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:166.5kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:32.5g CK:0.0g FH:6.0g SÓ:0.9g <b>Zöldhagyma</b> EN:7.6kcal ZS:0.1g SZH:0.2g FH:0.4g
<b>Ebéd</b>		<b>Karottakrémeleves (1;7;)</b> EN:120.6kcal ZS:6.7g TZS:3.2g SZH:12.5g CK:1.1g FH:2.3g SÓ:0.8g <b>Pirított 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:385.7kcal ZS:10.3g TZS:1.9g SZH:53.1g CK:3.2g FH:19.5g SÓ:2.2g <b>Vegyes vágott savanyúság * (10;12;)</b> EN:9.0kcal ZS:0.1g SZH:1.2g CK:0.5g FH:0.4g SÓ:1.0g	<b>Sertés gulyásleves (1;3;9;12;)</b> EN:94.3kcal ZS:4.3g TZS:0.9g SZH:5.9g CK:0.6g FH:7.3g SÓ:1.7g <b>Tejberizs (7;)</b> EN:181.6kcal ZS:2.6g TZS:1.6g SZH:31.5g CK:9.8g FH:7.7g SÓ:0.7g <b>Fahéj szórat</b> EN:80.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:19.5g CK:19.5g 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:54.1kcal ZS:1.1g TZS:0.3g SZH:7.1g CK:2.6g FH:3.2g SÓ:1.3g <b>Levesbetét tészta (1;)</b> EN:42.4kcal ZS:2.8g TZS:0.3g SZH:3.6g CK:0.2g FH:0.6g SÓ:0.2g <b>Házi sertés vagdalt (1;3;)</b> EN:140.8kcal ZS:9.3g TZS:3.0g SZH:6.1g CK:0.1g FH:8.3g SÓ:1.2g <b>Kerti vegyesfőzelék (1;7;)</b> EN:132.8kcal ZS:4.0g TZS:1.5g SZH:18.0g CK:8.5g FH:4.8g SÓ:0.8g <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:98.7kcal ZS:3.9g TZS:0.4g SZH:13.7g CK:6.6g FH:1.3g SÓ:1.3g <b>Brokkolis csirkeragu (7;)</b> EN:147.6kcal ZS:8.4g TZS:2.5g SZH:3.0g CK:1.2g FH:14.5g SÓ:0.1g <b>Párolt bulgur (1;)</b> EN:197.8kcal ZS:1.6g TZS:0.1g SZH:38.5g CK:5.5g FH:7.2g SÓ:0.6g <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>Teljeskiőrlésű zsemle (1;)</b> EN:117.5kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:23.5g CK:0.1g FH:4.2g SÓ:0.7g <b>Hónapos retek</b> EN:0.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.1g CK:0.0g FH:0.1g SÓ:0.0g	<b>Marha párizsi</b> EN:48.0kcal ZS:4.2g TZS:1.7g SZH:0.4g CK:0.1g FH:2.2g SÓ:0.4g <b>Margarin (7;)</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g  <b>Vizes zsemle (1;)</b> EN:125.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:30.0g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.6g <b>Kígyóborka</b> EN:4.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	<b>Cheddar sajt (7;)</b> EN:121.2kcal ZS:10.0g TZS:5.7g SZH:0.9g FH:6.9g SÓ:0.2g <b>Margarin (7;)</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g  <b>Teljeskiőrlésű zsemle (1;)</b> EN:117.5kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:23.5g CK:0.1g FH:4.2g SÓ:0.7g	<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-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. \* - édesítésszert tartalmaz.