

## Reggeli

## Citromos tea

EN:28.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g  
FH:0.0g SÓ:0.0g

## Füstölt csirkemell sonka

EN:45.0kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:2.5g CK:0.3g  
FH:8.0g SÓ:1.4g

## Margarin (7;)

EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g

## Félbarna kenyér (1;)

EN:248.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:53.0g CK:0.4g  
FH:6.8g SÓ:1.6g

## Gyümölcs tea (12;)

EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g  
FH:0.0g SÓ:0.0g

## Csokoládé puding (1;7;)

EN:162.8kcal ZS:4.2g TZS:2.8g SZH:28.7g CK:22.8g  
FH:2.1g SÓ:0.1g

## Félbarna kenyér (1;)

EN:248.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:53.0g CK:0.4g  
FH:6.8g SÓ:1.6g

## Gyümölcs tea (12;)

EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g  
FH:0.0g SÓ:0.0g

## Póréhagymás tojáskrém (3;7;)

EN:70.1kcal ZS:4.8g TZS:2.3g SZH:1.4g CK:1.1g  
FH:3.5g SÓ:0.4g

## Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1;)

EN:262.0kcal ZS:2.8g TZS:1.0g SZH:51.0g CK:1.7g  
FH:8.3g SÓ:1.4g

## Tej (7;)

EN:132.0kcal ZS:4.5g TZS:3.0g SZH:14.1g FH:8.7g  
SÓ:0.3g

## Mátrai csemege szalámi

EN:120.0kcal ZS:11.3g TZS:4.8g SZH:0.2g CK:0.1g  
FH:4.5g SÓ:0.7g

## Margarin (7;)

EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g

## Korpás kenyér (1;6;)

EN:264.0kcal ZS:1.3g TZS:0.1g SZH:49.3g CK:1.0g  
FH:10.4g SÓ:1.7g

## TV paprika

EN:18.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.8g CK:0.0g  
FH:0.8g SÓ:0.0g

## Epres tea

EN:28.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g  
FH:0.0g SÓ:0.0g

## Körözött (7;)

EN:70.4kcal ZS:4.8g TZS:3.1g SZH:2.0g CK:1.0g  
FH:4.8g SÓ:0.4g

## Teljeskiőrlésű kenyér (1;)

EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g  
FH:12.0g SÓ:1.7g

## Zöldhagyma

EN:15.2kcal ZS:0.1g SZH:0.4g FH:0.9g

## Ebéd

## Zabgaluska leves (1;3;9;)

EN:159.0kcal ZS:1.7g TZS:0.4g SZH:29.6g CK:3.3g  
FH:5.5g SÓ:2.0g

## Spenótos halporció (1;4;7;)

EN:281.7kcal ZS:13.6g TZS:1.4g SZH:26.4g CK:1.3g  
FH:13.2g SÓ:1.4g

## Rizs köret

EN:415.1kcal ZS:9.5g TZS:1.1g SZH:74.4g CK:0.0g  
FH:8.9g SÓ:0.3g

## 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

## Karottakrémléves (1;7;)

EN:189.6kcal ZS:10.6g TZS:5.0g SZH:19.7g CK:1.7g  
FH:3.6g SÓ:1.2g

## Píritott zsemlekocka (1;)

EN:79.7kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:15.5g CK:0.3g  
FH:2.8g SÓ:0.4g

## Sertéspörkölt

EN:189.3kcal ZS:11.1g TZS:2.3g SZH:3.2g CK:0.2g  
FH:17.9g SÓ:1.7g

## Főtt tészta (1;)

EN:345.5kcal ZS:8.6g TZS:1.0g SZH:57.4g CK:2.8g  
FH:10.0g SÓ:1.4g

## Vegyes vágott savanyúság \* (10;12;)

EN:18.0kcal ZS:0.1g SZH:2.4g CK:1.0g FH:0.8g  
SÓ:2.0g

## Sertés gulyásleves (1;3;9;12;)

EN:210.8kcal ZS:10.8g TZS:1.9g SZH:12.6g CK:1.0g  
FH:13.4g SÓ:1.7g

## Tejberizs (7;)

EN:395.7kcal ZS:4.0g TZS:2.3g SZH:75.8g CK:21.5g  
FH:14.0g SÓ:0.9g

## Fahéj szórat

EN:161.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:39.5g CK:39.5g  
FH:0.0g SÓ:0.0g

## Félbarna kenyér (1;)

EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g  
FH:6.8g SÓ:1.1g

## Körte

EN:78.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:18.0g CK:2.3g  
FH:0.6g SÓ:0.0g

## Erőleves (9;)

EN:84.6kcal ZS:2.3g TZS:0.6g SZH:9.9g CK:4.9g  
FH:5.0g SÓ:2.5g

## Levesbetét tészta (1;)

EN:153.1kcal ZS:9.4g TZS:1.1g SZH:14.4g CK:0.7g  
FH:2.5g SÓ:0.4g

## Házi sertés vagdalt (1;3;)

EN:205.5kcal ZS:11.0g TZS:3.2g SZH:16.8g CK:0.2g  
FH:9.8g SÓ:2.0g

## Tört burgonya (12;)

EN:315.2kcal ZS:4.3g TZS:0.4g SZH:55.2g CK:0.0g  
FH:7.5g SÓ:1.2g

## Paradicsomleves (1;3;)

EN:183.9kcal ZS:5.2g TZS:0.6g SZH:29.5g CK:11.8g  
FH:3.0g SÓ:1.9g

## Brokkolis sertésragu (7;)

EN:278.4kcal ZS:18.5g TZS:5.5g SZH:11.9g CK:3.9g  
FH:19.7g SÓ:0.2g

## Főtt tészta (1;)

EN:345.5kcal ZS:8.6g TZS:1.0g SZH:57.4g CK:2.8g  
FH:10.0g SÓ:1.4g

## Menüsüti (7;)

EN:105.8kcal ZS:3.7g SZH:16.9g FH:1.3g

## Ebéd B

## Őszibarack leves (1;7;)

EN:269.4kcal ZS:4.6g TZS:2.9g SZH:54.5g CK:43.3g  
FH:2.9g SÓ:0.7g

## Debreceni sertéstokány

EN:378.7kcal ZS:23.5g TZS:7.1g SZH:3.5g CK:0.0g  
FH:24.2g SÓ:6.8g

## Főtt tészta (1;)

EN:345.5kcal ZS:8.6g TZS:1.0g SZH:57.4g CK:2.8g  
FH:10.0g SÓ:1.4g

## Olasz zöldségleves (1;9;)

EN:97.3kcal ZS:1.9g TZS:0.2g SZH:14.8g CK:0.8g  
FH:4.3g SÓ:1.4g

Panírozott csirkemell cornflakes  
bundában (1;)

EN:339.8kcal ZS:22.1g TZS:2.7g SZH:22.2g CK:0.9g  
FH:12.6g SÓ:1.4g

## Burgonyapüré (7;12;)

EN:270.9kcal ZS:6.2g TZS:2.9g SZH:41.5g CK:4.6g  
FH:8.0g SÓ:1.6g

## Vegyes vágott savanyúság \* (10;12;)

EN:18.0kcal ZS:0.1g SZH:2.4g CK:1.0g FH:0.8g  
SÓ:2.0g

## Köménymag leves (1;)

EN:74.9kcal ZS:6.5g TZS:0.7g SZH:3.6g CK:0.0g  
FH:0.5g SÓ:1.5g

## 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

## Füstölt-főtt tarja

EN:130.5kcal ZS:10.0g TZS:4.0g SZH:0.6g CK:0.3g  
FH:9.6g SÓ:2.0g

## Sárgaborsó főzelék (1;)

EN:326.1kcal ZS:8.2g TZS:1.2g SZH:44.8g CK:3.6g  
FH:16.7g SÓ:0.3g

## Félbarna kenyér (1;)

EN:49.6kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:10.4g CK:0.0g  
FH:1.4g SÓ:0.2g

## Rizsleves (6;9;)

EN:201.0kcal ZS:7.8g TZS:2.0g SZH:28.1g CK:5.2g  
FH:3.7g SÓ:2.3g

## Székelykáposzta (1;7;)

EN:366.7kcal ZS:18.2g TZS:4.2g SZH:21.9g CK:0.5g  
FH:27.0g SÓ:5.4g

## Tejföl (7;)

EN:55.2kcal ZS:4.8g TZS:3.1g SZH:1.3g CK:1.3g  
FH:1.2g SÓ:0.0g

## Teljes kiőrlésű kenyér (1;)

EN:333.0kcal ZS:1.8g TZS:0.4g SZH:65.0g CK:0.0g  
FH:12.0g SÓ:1.7g

## Póréhagymaleves

EN:145.1kcal ZS:8.2g TZS:0.8g SZH:13.9g CK:0.0g  
FH:4.4g SÓ:1.1g

## Gombás sertésragu (1;9;)

EN:234.7kcal ZS:16.4g TZS:4.9g SZH:7.0g CK:0.0g  
FH:14.6g SÓ:1.5g

## Főtt tészta (1;)

EN:345.5kcal ZS:8.6g TZS:1.0g SZH:57.4g CK:2.8g  
FH:10.0g SÓ:1.4g

## Menüsüti (7;)

EN:105.8kcal ZS:3.7g SZH:16.9g FH:1.3g

## Vacsora

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(nehézsúly: 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. \* - édesítésszármazékot tartalmaz.

Hétfő  
05.25Kedd  
05.26Szerda  
05.27Csütörtök  
05.28Péntek  
05.29

Vacsora	Hétfő 05.25	Kedd 05.26	Szerda 05.27	Csütörtök 05.28	Péntek 05.29
	<p><b>Pecsnyezsír</b> EN:360.8kcal ZS:39.6g TZS:16.3g FH:0.0g</p> <p><b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:248.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:53.0g CK:0.4g FH:6.8g SÓ:1.6g</p> <p><b>Lilahagyma</b> EN:16.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:3.3g CK:0.0g FH:0.5g SÓ:0.0g</p>	<p><b>Zöldfűszeres vajkrém (7;)</b> EN:108.0kcal ZS:10.0g TZS:6.5g SZH:2.0g CK:1.3g FH:2.5g SÓ:0.5g</p> <p><b>Teljeskiőrlésű zsemle (1;)</b> EN:235.0kcal ZS:1.5g TZS:0.5g SZH:47.0g CK:0.2g FH:8.3g SÓ:1.4g</p> <p><b>Hónapos retek</b> EN:1.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.2g CK:0.0g FH:0.1g SÓ:0.0g</p>	<p><b>Kefir (7;)</b> EN:91.5kcal ZS:5.3g TZS:3.4g SZH:5.7g CK:5.7g FH:4.9g SÓ:0.1g</p> <p><b>Kifli (1;7;)</b> EN:219.2kcal ZS:3.1g TZS:1.2g SZH:40.7g CK:2.2g FH:5.8g SÓ:0.9g</p>	<p><b>Cheddar sajt (7;)</b> EN:202.0kcal ZS:16.6g TZS:9.4g SZH:1.6g FH:11.4g SÓ:0.3g</p> <p><b>Margarin (7;)</b> EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g</p> <p><b>Teljeskiőrlésű zsemle (1;)</b> EN:235.0kcal ZS:1.5g TZS:0.5g SZH:47.0g CK:0.2g FH:8.3g SÓ:1.4g</p>	<p><b>Réteges joghurt (7;)</b> EN:144.0kcal ZS:4.5g TZS:2.7g SZH:23.1g CK:22.5g FH:5.3g SÓ:0.0g</p> <p><b>Kifli (1;7;)</b> EN:219.2kcal ZS:3.1g TZS:1.2g SZH:40.7g CK:2.2g FH:5.8g SÓ:0.9g</p>