

|                | Hétfő<br>05.11  | Kedd<br>05.12  | Szerda<br>05.13   | Csütörtök<br>05.14   | Péntek<br>05.15  |
|----------------|---|--|---|--|--|
| <b>Reggeli</b> | <p><b>Citromos tea</b><br/>EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g<br/>FH:0.0g SÓ:0.0g</p> <p><b>Forralt tej (7;)</b><br/>EN:58.0kcal ZS:2.8g TZS:2.0g SZH:5.0g CK:5.0g<br/>FH:3.3g SÓ:0.1g</p> <p><b>Zöldfűszeres szendvicskrém (7;)</b><br/>EN:32.4kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:0.6g CK:0.4g<br/>FH:0.8g SÓ:0.1g</p> <p><b>Teljes kiőrlésű zsemle (1;6;)</b><br/>EN:139.7kcal ZS:0.9g TZS:0.1g SZH:28.4g CK:0.6g<br/>FH:5.4g SÓ:0.7g</p> <p><b>Zöldhagyma</b><br/>EN:38.0kcal ZS:0.3g SZH:0.9g FH:2.2g</p> | <p><b>Citromos tea</b><br/>EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g<br/>FH:0.0g SÓ:0.0g</p> <p><b>Vaníliás tej (7;)</b><br/>EN:95.5kcal ZS:4.2g TZS:3.0g SZH:9.6g CK:9.6g<br/>FH:4.9g SÓ:0.2g</p> <p><b>Briós (1;3;6;7;)</b><br/>EN:163.8kcal ZS:4.3g TZS:1.5g SZH:28.4g CK:4.7g<br/>FH:4.4g SÓ:0.3g</p>  | <p><b>Citromos tea</b><br/>EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g<br/>FH:0.0g SÓ:0.0g</p> <p><b>Forralt tej (7;)</b><br/>EN:58.0kcal ZS:2.8g TZS:2.0g SZH:5.0g CK:5.0g<br/>FH:3.3g SÓ:0.1g</p> <p><b>Joghurtos túrókrém (7;)</b><br/>EN:24.7kcal ZS:1.7g TZS:1.1g SZH:0.5g CK:0.5g<br/>FH:1.7g SÓ:0.2g</p> <p><b>Darált lenmag</b><br/>EN:22.7kcal ZS:1.5g TZS:0.1g FH:1.2g SÓ:0.0g</p> <p><b>Falusi kenyér (1;)</b><br/>EN:105.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:21.5g CK:0.7g<br/>FH:4.0g SÓ:0.2g</p> <p><b>TV paprika</b><br/>EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g<br/>FH:0.3g SÓ:0.0g</p> | <p><b>Citromos tea</b><br/>EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g<br/>FH:0.0g SÓ:0.0g</p> <p><b>Forralt tej (7;)</b><br/>EN:58.0kcal ZS:2.8g TZS:2.0g SZH:5.0g CK:5.0g<br/>FH:3.3g SÓ:0.1g</p> <p><b>Gouda sajt (3;7;)</b><br/>EN:68.6kcal ZS:5.2g TZS:3.6g SZH:0.4g CK:0.4g<br/>FH:5.6g SÓ:0.4g</p> <p><b>Margarin</b><br/>EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g</p> <p><b>Teljes kiőrlésű kifli (1;6;)</b><br/>EN:125.7kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:25.5g CK:0.6g<br/>FH:4.8g SÓ:0.6g</p> <p><b>Kígyóborka</b><br/>EN:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.3g CK:0.0g<br/>FH:0.2g SÓ:0.0g</p> | <p><b>Citromos tea</b><br/>EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g<br/>FH:0.0g SÓ:0.0g</p> <p><b>Forralt tej (7;)</b><br/>EN:58.0kcal ZS:2.8g TZS:2.0g SZH:5.0g CK:5.0g<br/>FH:3.3g SÓ:0.1g</p> <p><b>Gépsonka</b><br/>EN:17.5kcal ZS:0.7g TZS:0.3g SZH:0.5g CK:0.0g<br/>FH:2.4g SÓ:0.4g</p> <p><b>Margarin</b><br/>EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g</p> <p><b>Teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b><br/>EN:97.6kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:20.0g FH:2.9g<br/>SÓ:0.6g</p> <p><b>Paradicsom</b><br/>EN:4.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.8g CK:0.5g<br/>FH:0.2g SÓ:0.0g</p> |
| <b>Tízórai</b> | <p><b>Alma</b><br/>EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g<br/>FH:0.6g SÓ:0.0g</p>   | <p><b>Narancs</b><br/>EN:61.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:12.8g CK:9.8g<br/>FH:0.9g SÓ:0.0g</p>   | <p><b>Alma</b><br/>EN:52.5kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:10.5g CK:6.0g<br/>FH:0.6g SÓ:0.0g</p>   | <p><b>Kiwi</b><br/>EN:41.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:4.8g<br/>FH:0.8g SÓ:0.0g</p>   | <p><b>Körte</b><br/>EN:31.2kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.2g CK:0.9g<br/>FH:0.2g SÓ:0.0g</p>  |
| <b>Ebéd</b>    | <p><b>Virslis kelkáposztaleves (1;7;12;)</b><br/>EN:139.6kcal ZS:9.1g TZS:3.9g SZH:8.0g CK:0.2g<br/>FH:5.7g SÓ:0.9g</p> <p><b>Piskóta kocka (1;3;)</b><br/>EN:146.0kcal ZS:2.5g TZS:0.5g SZH:9.8g CK:11.7g<br/>FH:4.3g</p> <p><b>Csokoládé öntet (1;7;)</b><br/>EN:116.8kcal ZS:1.8g TZS:1.1g SZH:20.7g CK:14.7g<br/>FH:3.7g SÓ:0.2g</p>  | <p><b>Zöldfűszeres sertéssült (9;)</b><br/>EN:61.0kcal ZS:2.2g TZS:0.8g SZH:1.3g CK:0.0g<br/>FH:8.4g SÓ:0.8g</p> <p><b>Bulgur köret (1;)</b><br/>EN:133.6kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:24.5g CK:3.5g<br/>FH:4.6g SÓ:0.2g</p> <p><b>Párolt zöldségköret 1/2</b><br/>EN:34.4kcal ZS:1.6g TZS:0.2g SZH:3.0g CK:1.5g<br/>FH:1.4g SÓ:0.4g</p> <p><b>Mandarin</b><br/>EN:45.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.8g CK:0.0g<br/>FH:0.7g SÓ:0.0g</p>  | <p><b>Vadas pulykaragu (1;7;10;)</b><br/>EN:180.2kcal ZS:9.7g TZS:3.7g SZH:10.9g CK:5.6g<br/>FH:11.7g SÓ:0.4g</p> <p><b>Főtt tészta (1;)</b><br/>EN:214.3kcal ZS:4.9g TZS:0.7g SZH:36.0g CK:1.8g<br/>FH:6.1g SÓ:0.6g</p>  | <p><b>Párolt csirkecombfilé</b><br/>EN:96.3kcal ZS:7.0g TZS:2.2g SZH:0.0g CK:0.0g<br/>FH:7.8g SÓ:0.6g</p> <p><b>Finomfőzelék (1;7;)</b><br/>EN:148.3kcal ZS:3.8g TZS:0.7g SZH:22.7g CK:10.3g<br/>FH:5.0g SÓ:0.9g</p> <p><b>Menü süti (7;)</b><br/>EN:105.8kcal ZS:3.7g SZH:16.9g FH:1.3g</p>   | <p><b>Rántott csirkemell (1;)</b><br/>EN:236.4kcal ZS:11.5g TZS:1.3g SZH:20.0g CK:0.8g<br/>FH:13.0g SÓ:1.6g</p> <p><b>Petrezselymes burgonya (12;)</b><br/>EN:183.3kcal ZS:4.9g TZS:0.5g SZH:27.7g CK:0.0g<br/>FH:3.8g SÓ:0.2g</p> <p><b>Savanyúság (10;)</b><br/>EN:8.4kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.0g CK:0.6g<br/>FH:0.8g SÓ:0.3g</p>   |
| <b>Uzsonna</b> | <p><b>Citromos tea</b><br/>EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g<br/>FH:0.0g SÓ:0.0g</p> <p><b>Forralt tej (7;)</b><br/>EN:58.0kcal ZS:2.8g TZS:2.0g SZH:5.0g CK:5.0g<br/>FH:3.3g SÓ:0.1g</p> <p><b>Vajkrém (7;)</b><br/>EN:52.2kcal ZS:5.3g TZS:3.4g SZH:0.9g CK:0.3g<br/>FH:0.4g SÓ:0.1g</p> <p><b>Falusi kenyér (1;)</b><br/>EN:105.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:21.5g CK:0.7g<br/>FH:4.0g SÓ:0.2g</p> <p><b>Kígyóborka</b><br/>EN:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.3g CK:0.0g<br/>FH:0.2g SÓ:0.0g</p>   | <p><b>Citromos tea</b><br/>EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g<br/>FH:0.0g SÓ:0.0g</p> <p><b>Forralt tej (7;)</b><br/>EN:58.0kcal ZS:2.8g TZS:2.0g SZH:5.0g CK:5.0g<br/>FH:3.3g SÓ:0.1g</p> <p><b>Trappista sajt (7;)</b><br/>EN:67.4kcal ZS:5.2g TZS:3.2g SZH:0.0g CK:0.0g<br/>FH:5.1g SÓ:0.3g</p> <p><b>Margarin</b><br/>EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g</p> <p><b>Teljes kiőrlésű kifli (1;6;)</b><br/>EN:125.7kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:25.5g CK:0.6g<br/>FH:4.8g SÓ:0.6g</p> | <p><b>Citromos tea</b><br/>EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g<br/>FH:0.0g SÓ:0.0g</p> <p><b>Forralt tej (7;)</b><br/>EN:58.0kcal ZS:2.8g TZS:2.0g SZH:5.0g CK:5.0g<br/>FH:3.3g SÓ:0.1g</p> <p><b>Kenőmájás</b><br/>EN:32.8kcal ZS:2.8g TZS:1.2g SZH:0.6g CK:0.2g<br/>FH:1.4g SÓ:0.3g</p> <p><b>Vizes zsemle (1;)</b><br/>EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g<br/>SÓ:0.6g</p> <p><b>Paradicsom</b><br/>EN:4.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.8g CK:0.5g<br/>FH:0.2g SÓ:0.0g</p>   | <p><b>Citromos tea</b><br/>EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g<br/>FH:0.0g SÓ:0.0g</p> <p><b>Forralt tej (7;)</b><br/>EN:58.0kcal ZS:2.8g TZS:2.0g SZH:5.0g CK:5.0g<br/>FH:3.3g SÓ:0.1g</p> <p><b>Sajtkrém (7;)</b><br/>EN:21.4kcal ZS:1.8g TZS:1.2g SZH:0.8g CK:0.8g<br/>FH:0.6g SÓ:0.2g</p> <p><b>Falusi kenyér (1;)</b><br/>EN:105.2kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:21.5g CK:0.7g<br/>FH:4.0g SÓ:0.2g</p> <p><b>Hónapos retek</b><br/>EN:37.5kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:5.5g CK:0.0g<br/>FH:3.0g SÓ:0.0g</p>   | <p><b>Citromos tea</b><br/>EN:20.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g<br/>FH:0.0g SÓ:0.0g</p> <p><b>Forralt tej (7;)</b><br/>EN:58.0kcal ZS:2.8g TZS:2.0g SZH:5.0g CK:5.0g<br/>FH:3.3g SÓ:0.1g</p> <p><b>Barackos ivójoghurt (7;)</b><br/>EN:96.3kcal ZS:2.5g TZS:1.8g SZH:13.8g CK:13.8g<br/>FH:3.1g SÓ:0.1g</p> <p><b>Kifli (1;7;)</b><br/>EN:124.5kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:25.5g CK:0.1g<br/>FH:3.8g SÓ:0.7g</p>  |

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-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-Csilagfűt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.

Hétfő  
05.11Kedd  
05.12Szerda  
05.13Csütörtök  
05.14Péntek  
05.15

Uzsonna

Lilahagyma

EN:8.0kcal ZS:0.0g SZH:1.7g FH:0.2g SÓ:0.0g