

	Hétfő 05.11	Kedd 05.12	Szerda 05.13	Csütörtök 05.14	Péntek 05.15	Szombat 05.16	Vasárnap 05.17
Reggeli A	Tejeskávé (3 dl) (1;7;) EN:264.6kcal ZS:8.5g TZS:5.4g SZH:37.1g CK:33.8g FH:9.2g SÓ:0.4g	Karamell (2,5 dl) (7;) EN:219.5kcal ZS:7.0g TZS:4.5g SZH:31.5g CK:31.5g FH:7.3g SÓ:0.3g	Tej (2,5 dl) (7;) EN:137.5kcal ZS:7.0g TZS:4.5g SZH:11.5g CK:11.5g FH:7.3g SÓ:0.3g	Tej (3 dl) (7;) EN:165.0kcal ZS:8.4g TZS:5.4g SZH:13.8g CK:13.8g FH:8.7g SÓ:0.4g	Karamell (2,5 dl) (7;) EN:219.5kcal ZS:7.0g TZS:4.5g SZH:31.5g CK:31.5g FH:7.3g SÓ:0.3g	Tej (2,5 dl) (7;) EN:137.5kcal ZS:7.0g TZS:4.5g SZH:11.5g CK:11.5g FH:7.3g SÓ:0.3g	Kakaó 3 dl (7;) EN:249.8kcal ZS:9.0g TZS:5.8g SZH:32.1g CK:31.8g FH:9.3g SÓ:0.4g
	Miniméz(20 g.) 1.00 DB EN:60.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:16.5g CK:16.4g FH:0.1g SÓ:0.0g	Mini marg. (Bebo 20 g) 1 DB (12;) EN:63.0kcal ZS:7.0g TZS:1.4g SÓ:0.0g	Kockasajt (8 db-os) 1.00 DB (7;) EN:43.8kcal TZS:3.3g SZH:2.1g CK:2.1g FH:1.1g SÓ:1.4g	Minijam(25g)(30g) 1.00 DB EN:60.8kcal SZH:14.5g CK:12.8g	Húskrém topp.30 g 1.00 D EN:79.2kcal ZS:6.6g TZS:1.6g SZH:1.5g FH:3.4g SÓ:0.4g	Miniméz(20 g.) 1.00 DB EN:60.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:16.5g CK:16.4g FH:0.1g SÓ:0.0g	Mini marg. (Bebo 20 g) 1 DB (12;) EN:63.0kcal ZS:7.0g TZS:1.4g SÓ:0.0g
	Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g	Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g	Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g	Mini marg. (Bebo 20 g) 1 DB (12;) EN:63.0kcal ZS:7.0g TZS:1.4g SÓ:0.0g Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g	Kenyér 0,1 KG (1;6;) EN:241.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:48.0g CK:1.6g FH:8.6g SÓ:1.5g	Mini marg. (Bebo 20 g) 1 DB (12;) EN:63.0kcal ZS:7.0g TZS:1.4g SÓ:0.0g Kenyér 0,1 KG (1;6;) EN:241.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:24.0g CK:1.6g FH:8.6g SÓ:1.5g	Vizes zsemle 1.00 DB (1;) EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g
Ebéd A	Zellerkrémleves* (1;7;9;) EN:200.7kcal ZS:13.0g TZS:5.7g SZH:13.3g CK:4.3g FH:4.6g SÓ:1.8g	Palócleves - (lapocka) (1;7;) EN:425.2kcal ZS:25.1g TZS:8.8g SZH:26.7g CK:2.3g FH:18.1g SÓ:1.6g	Reszelt tészta leves(diéta)* (1;) EN:169.6kcal ZS:4.5g TZS:0.4g SZH:25.4g CK:8.0g FH:5.2g SÓ:1.7g	Csurgatott tojásleves (1;3;7;) EN:173.2kcal ZS:11.7g TZS:3.4g SZH:11.7g CK:0.5g FH:4.5g SÓ:1.5g	Zöldbabeleves* (kapros) bet. (1;7;) EN:247.6kcal ZS:15.7g TZS:5.1g SZH:19.4g CK:6.4g FH:5.3g SÓ:1.5g	Húsleves (csipet tészta) (1;3;) EN:191.5kcal ZS:6.9g TZS:1.2g SZH:24.3g CK:6.9g FH:6.4g SÓ:1.7g	Burgonyaleves (zöldszéges) diétás* (1;) EN:200.2kcal ZS:5.0g TZS:0.6g SZH:31.5g CK:1.1g FH:4.3g SÓ:1.5g
	Pírtott kenyér (1;6;) EN:48.2kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:9.6g CK:0.3g FH:1.7g SÓ:0.3g	Dejős metélt (1;) EN:547.2kcal ZS:12.7g TZS:1.5g SZH:91.0g CK:23.5g FH:15.4g SÓ:1.5g	Rántott halfilé (tonhal) (1;3;4;) EN:611.9kcal ZS:38.8g TZS:4.7g SZH:44.9g CK:0.5g FH:19.8g SÓ:2.8g	Zöldszéges rizsszűs* s.lapocka EN:647.3kcal ZS:29.8g TZS:8.1g SZH:64.6g CK:0.7g FH:29.1g SÓ:1.8g	Pírtott csirkemáj EN:329.2kcal ZS:24.2g TZS:3.9g SZH:5.1g CK:0.0g FH:20.9g SÓ:1.7g	Főtt sertéshús(comb) EN:136.0kcal ZS:5.4g TZS:1.9g FH:20.5g SÓ:0.2g	Vagdalt (zabpelyhes) (1;3;6;) EN:359.7kcal ZS:26.8g TZS:7.0g SZH:11.6g CK:0.2g FH:17.7g SÓ:1.7g
	Rakott burgonya (kolbásszal) (bet.) (1;3;6;7;) EN:725.8kcal ZS:37.6g TZS:15.5g SZH:65.3g CK:3.0g FH:23.9g SÓ:3.3g	Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g	Csőbensült brokkoli* (1;3;7;) EN:343.3kcal ZS:24.4g TZS:10.9g SZH:19.3g CK:5.2g FH:15.3g SÓ:0.5g	Csemege uborka EN:7.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:1.1g FH:0.4g SÓ:0.9g	Sós burgonya (280g) EN:263.2kcal ZS:0.6g SZH:51.5g FH:7.0g SÓ:1.5g	Meggymártás * (1;7;) EN:303.5kcal ZS:5.2g TZS:3.3g SZH:57.3g CK:36.1g FH:5.1g SÓ:1.0g	Tökfőzelék* (1;7;) EN:314.2kcal ZS:15.0g TZS:7.3g SZH:37.2g CK:7.3g FH:5.9g SÓ:1.5g
	Csemege uborka EN:7.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:1.1g FH:0.4g SÓ:0.9g	Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Csemege uborka EN:7.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:1.1g FH:0.4g SÓ:0.9g Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Pírtott dara (40g) (1;) EN:186.5kcal ZS:5.9g TZS:0.8g SZH:29.2g CK:0.0g FH:3.8g SÓ:1.5g Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g
Vacsora A	Citromos tea (2,5 dl) * EN:5.9kcal ZS:1.3g TZS:1.3g	Citromos tea (2,5 dl) * EN:5.9kcal ZS:1.3g TZS:1.3g	Citromos tea (2,5 dl) * EN:5.9kcal ZS:1.3g TZS:1.3g	Tej (poharas) 0,2 1.00 DB (7;) EN:92.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:6.6g SÓ:0.2g	Citromos tea (2,5 dl) * EN:5.9kcal ZS:1.3g TZS:1.3g	Citromos tea (2,5 dl) * EN:5.9kcal ZS:1.3g TZS:1.3g	Citromos tea (2,5 dl) * EN:5.9kcal ZS:1.3g TZS:1.3g
	Olasz felv. 0,09 kg allergénmentes EN:212.4kcal ZS:18.0g TZS:6.7g SZH:1.9g CK:0.1g FH:10.8g SÓ:2.0g	Toast sonka felv. 0.07 KG allergénmentes EN:60.9kcal ZS:2.0g TZS:0.8g SZH:3.0g CK:0.4g FH:10.6g SÓ:1.8g	Veronai pu. szelet (80g) szeletelt (6;) EN:175.2kcal ZS:15.2g TZS:5.2g FH:9.6g SÓ:1.6g	Mini marg. (Bebo 20 g) 1 DB (12;) EN:63.0kcal ZS:7.0g TZS:1.4g SÓ:0.0g	Krémsajt (tömlős) 50 g 1 DB (7;) EN:69.0kcal ZS:3.0g TZS:1.5g SZH:5.0g CK:2.0g FH:5.5g SÓ:0.5g	Májkrém 62 g. 1.00 DB (1;6;9;10;) EN:146.9kcal ZS:9.6g TZS:4.0g SZH:8.4g CK:6.3g FH:6.5g SÓ:1.2g	Harcsa pást. paradicsomos 50 g (4;) EN:168.0kcal ZS:15.3g TZS:2.0g SZH:3.1g CK:0.1g FH:4.5g SÓ:0.7g

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. * - édesítőszer tartalmaz.



	Hétfő 05.11	Kedd 05.12	Szerda 05.13	Csütörtök 05.14	Péntek 05.15	Szombat 05.16	Vasárnap 05.17
Vacsora A	Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g Retek/F 0,05 kg EN:7.5kcal ZS:0.1g SZH:1.1g FH:0.6g	Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g Zöldhagyma 0.20 CS EN:7.6kcal ZS:0.1g SZH:0.2g FH:0.4g	Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g Retek/F 0,05 kg EN:7.5kcal ZS:0.1g SZH:1.1g FH:0.6g	Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g	Kenyér 0,1 KG (1;6;) EN:241.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:48.0g CK:1.6g FH:8.6g SÓ:1.5g Zöldhagyma 0.20 CS EN:7.6kcal ZS:0.1g SZH:0.2g FH:0.4g	Kenyér 0,1 KG (1;6;) EN:241.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:48.0g CK:1.6g FH:8.6g SÓ:1.5g Retek/F 0,05 kg EN:7.5kcal ZS:0.1g SZH:1.1g FH:0.6g	Kenyér 0,1 KG (1;6;) EN:241.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:48.0g CK:1.6g FH:8.6g SÓ:1.5g Zöldhagyma 0.20 CS EN:7.6kcal ZS:0.1g SZH:0.2g FH:0.4g
Napi összesítés	EN: 2151.0 kcal; ZS: 82.3 g; TZS: 35.7 g; SZH: 267.7 g; CK: 67.1 g; FH: 72.0 g; SÓ: 12.1 g;	EN: 1946.6 kcal; ZS: 58.6 g; TZS: 19.3 g; SZH: 273.8 g; CK: 65.6 g; FH: 72.7 g; SÓ: 8.6 g;	EN: 2112.0 kcal; ZS: 94.8 g; TZS: 31.2 g; SZH: 225.7 g; CK: 35.3 g; FH: 79.7 g; SÓ: 11.9 g;	EN: 1889.3 kcal; ZS: 70.4 g; TZS: 22.6 g; SZH: 237.4 g; CK: 46.9 g; FH: 70.1 g; SÓ: 8.1 g;	EN: 1894.5 kcal; ZS: 62.2 g; TZS: 18.9 g; SZH: 246.6 g; CK: 49.4 g; FH: 72.7 g; SÓ: 10.5 g;	EN: 1904.8 kcal; ZS: 52.1 g; TZS: 19.4 g; SZH: 279.2 g; CK: 85.6 g; FH: 72.7 g; SÓ: 9.6 g;	EN: 2051.8 kcal; ZS: 83.1 g; TZS: 26.5 g; SZH: 249.1 g; CK: 48.1 g; FH: 65.6 g; SÓ: 9.4 g;



	Hétfő 05.11	Kedd 05.12	Szerda 05.13	Csütörtök 05.14	Péntek 05.15	Szombat 05.16	Vasárnap 05.17
Reggeli B	Tejeskávé (3 dl) (1;7;) EN:264.6kcal ZS:8.5g TZS:5.4g SZH:37.1g CK:33.8g FH:9.2g SÓ:0.4g	Karamell (2,5 dl) (7;) EN:219.5kcal ZS:7.0g TZS:4.5g SZH:31.5g CK:31.5g FH:7.3g SÓ:0.3g	Tej (3 dl) (7;) EN:165.0kcal ZS:8.4g TZS:5.4g SZH:13.8g CK:13.8g FH:8.7g SÓ:0.4g	Tej (3 dl) (7;) EN:165.0kcal ZS:8.4g TZS:5.4g SZH:13.8g CK:13.8g FH:8.7g SÓ:0.4g	Karamell (3 dl) (7;) EN:247.0kcal ZS:8.4g TZS:5.4g SZH:33.8g CK:33.8g FH:8.7g SÓ:0.4g	Tej (3 dl) (7;) EN:165.0kcal ZS:8.4g TZS:5.4g SZH:13.8g CK:13.8g FH:8.7g SÓ:0.4g	Kakaó 3 dl (7;) EN:249.8kcal ZS:9.0g TZS:5.8g SZH:32.1g CK:31.8g FH:9.3g SÓ:0.4g
	Miniméz(20 g.) 1.00 DB EN:60.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:16.5g CK:16.4g FH:0.1g SÓ:0.0g	Mini marg. (Bebo 20 g) 1 DB (12;) EN:63.0kcal ZS:7.0g TZS:1.4g SÓ:0.0g	Kockasajt (8 db-os) 1.00 DB (7;) EN:43.8kcal TZS:3.3g SZH:2.1g CK:2.1g FH:1.1g SÓ:1.4g	Minijam(25g)(30g) 1.00 DB EN:60.8kcal SZH:14.5g CK:12.8g	Húskrém topp.30 g 1.00 D EN:79.2kcal ZS:6.6g TZS:1.6g SZH:1.5g FH:3.4g SÓ:0.4g	Miniméz(20 g.) 1.00 DB EN:60.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:16.5g CK:16.4g FH:0.1g SÓ:0.0g	Mini marg. (Bebo 20 g) 1 DB (12;) EN:63.0kcal ZS:7.0g TZS:1.4g SÓ:0.0g
	Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g	Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g	Kenyér 0,1 KG (1;6;) EN:241.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:48.0g CK:1.6g FH:8.6g SÓ:1.5g	Mini marg. (Bebo 20 g) 1 DB (12;) EN:63.0kcal ZS:7.0g TZS:1.4g SÓ:0.0g Kenyér 0,1 KG (1;6;) EN:241.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:48.0g CK:1.6g FH:8.6g SÓ:1.5g	Kenyér 0,1 KG (1;6;) EN:241.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:48.0g CK:1.6g FH:8.6g SÓ:1.5g	Mini marg. (Bebo 20 g) 1 DB (12;) EN:63.0kcal ZS:7.0g TZS:1.4g SÓ:0.0g Kenyér 0,1 KG (1;6;) EN:241.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:48.0g CK:1.6g FH:8.6g SÓ:1.5g	Vizes zsemle 1.00 DB (1;) EN:138.5kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:26.4g FH:5.1g SÓ:0.6g Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g
Ebéd B	Zellerkrémleves* (1;7;9;) EN:200.7kcal ZS:13.0g TZS:5.7g SZH:13.3g CK:4.3g FH:4.6g SÓ:1.8g	Hamis palócleves (zöldbab 0) (1;7;) EN:504.5kcal ZS:25.0g TZS:8.2g SZH:44.3g CK:0.4g FH:20.8g SÓ:1.6g	Reszelt tészta leves(diéta)* (1;) EN:169.6kcal ZS:4.5g TZS:0.4g SZH:25.4g CK:8.0g FH:5.2g SÓ:1.7g	Csurgatott tojásleves (1;3;7;) EN:173.2kcal ZS:11.7g TZS:3.4g SZH:11.7g CK:0.5g FH:4.5g SÓ:1.5g	Húsgaluska leves *(diéta) (1;3;) EN:311.0kcal ZS:16.0g TZS:4.7g SZH:25.8g CK:5.8g FH:15.0g SÓ:2.0g	Húsleves (csipet tészta) (1;3;) EN:191.5kcal ZS:6.9g TZS:1.2g SZH:24.3g CK:6.9g FH:6.4g SÓ:1.7g	Burgonyaleves (zöldszéges) diétás* (1;) EN:200.2kcal ZS:5.0g TZS:0.6g SZH:31.5g CK:1.1g FH:4.3g SÓ:1.5g
	Pírtott kenyér (1;6;) EN:48.2kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:9.6g CK:0.3g FH:1.7g SÓ:0.3g	Rizsfelfújt (3;7;) EN:635.0kcal ZS:16.4g TZS:7.2g SZH:104.7g CK:42.6g FH:17.1g SÓ:1.3g	Húspuding (sertés) (1;3;7;) EN:479.8kcal ZS:35.6g TZS:14.7g SZH:18.9g CK:3.8g FH:20.4g SÓ:2.0g	Rizshús (lapocka) (diétás) EN:637.0kcal ZS:31.4g TZS:8.8g SZH:62.0g CK:0.0g FH:27.2g SÓ:1.7g	Főtt virsli (műbeles) (6;) EN:215.2kcal ZS:19.2g TZS:7.8g SZH:1.8g FH:8.8g SÓ:1.8g	Főtt sertéshús(comb) EN:136.0kcal ZS:5.4g TZS:1.9g FH:20.5g SÓ:0.2g	Vagdalt (zabpelyhes) (1;3;6;) EN:359.7kcal ZS:26.8g TZS:7.0g SZH:11.6g CK:0.2g FH:17.7g SÓ:1.7g
	Vagdalt (diétás) (1;3;6;) EN:366.9kcal ZS:26.1g TZS:6.8g SZH:15.3g CK:0.4g FH:17.5g SÓ:2.0g	Fahéjas szórat EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Zöldborsófőzelék * (1;7;) EN:394.9kcal ZS:11.2g TZS:3.9g SZH:51.5g CK:10.7g FH:17.4g SÓ:1.8g	Csemege uborka EN:7.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:1.1g FH:0.4g SÓ:0.9g	Burgonyafőzelék (diétás) (1;7;) EN:378.3kcal ZS:4.8g TZS:2.8g SZH:67.7g CK:0.6g FH:9.8g SÓ:1.5g	Almamártás/B (1;7;) EN:303.9kcal ZS:7.5g TZS:4.7g SZH:52.0g CK:35.9g FH:3.1g SÓ:1.0g	Tökfőzelék* (1;7;) EN:314.2kcal ZS:15.0g TZS:7.3g SZH:37.2g CK:7.3g FH:5.9g SÓ:1.5g
	Burgonyapüre (280 g) (7;) EN:445.9kcal ZS:10.5g TZS:5.1g SZH:69.0g CK:4.6g FH:11.7g SÓ:1.7g	Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g	Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g	Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g	Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g	Pírtott dara (50g) (1;) EN:237.3kcal ZS:7.9g TZS:1.1g SZH:36.5g CK:0.0g FH:4.7g SÓ:1.5g	Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g
	Csemege uborka EN:7.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:1.1g FH:0.4g SÓ:0.9g	Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g	Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g
	Búzakorpás diákrúd 1.00 DB (1;7;) EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g			Nápolyi 0.05 KG (1;6;) EN:255.5kcal ZS:14.4g TZS:5.3g SZH:27.8g CK:11.9g FH:3.0g SÓ:0.2g		Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	

Vacsora B

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(kehérje: 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-Szezámag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

	Hétfő 05.11	Kedd 05.12	Szerda 05.13	Csütörtök 05.14	Péntek 05.15	Szombat 05.16	Vasárnap 05.17
Vacsora B	Citromos tea (2,5 dl) * EN:5.9kcal ZS:1.3g TZS:1.3g Baromfi párizsi 0.09 kg allergénmentes EN:182.7kcal ZS:15.3g TZS:5.4g SZH:1.4g CK:0.5g FH:9.9g SÓ:1.8g Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g Retek/F 0,05 kg EN:7.5kcal ZS:0.1g SZH:1.1g FH:0.6g	Citromos tea (2,5 dl) * EN:5.9kcal ZS:1.3g TZS:1.3g Toast sonka felv. 0.07 KG allergénmentes EN:60.9kcal ZS:2.0g TZS:0.8g SZH:3.0g CK:0.4g FH:10.6g SÓ:1.8g Kenyér 0.09 KG (1;6;) EN:216.9kcal ZS:0.9g TZS:0.2g SZH:43.2g CK:1.4g FH:7.7g SÓ:1.4g Zöldhagyma 0.20 CS EN:7.6kcal ZS:0.1g SZH:0.2g FH:0.4g	Citromos tea (3 dl) * EN:5.9kcal ZS:1.3g TZS:1.3g Veronai pu. szelet (80g szeletelt (6;)) EN:175.2kcal ZS:15.2g TZS:5.2g FH:9.6g SÓ:1.6g Kenyér 0,1 KG (1;6;) EN:241.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:48.0g CK:1.6g FH:8.6g SÓ:1.5g Retek/F 0,05 kg EN:7.5kcal ZS:0.1g SZH:1.1g FH:0.6g	Tej (poharas) 0,2 1.00 DB (7;) EN:92.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:6.6g SÓ:0.2g Mini marg. (Bebo 20 g) 1 DB (12;) EN:63.0kcal ZS:7.0g TZS:1.4g SÓ:0.0g Kenyér 0,1 KG (1;6;) EN:241.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:48.0g CK:1.6g FH:8.6g SÓ:1.5g	Citromos tea (3 dl) * EN:5.9kcal ZS:1.3g TZS:1.3g Krémsajt (tömlős) 50 g 1 DB (7;) EN:69.0kcal ZS:3.0g TZS:1.5g SZH:5.0g CK:2.0g FH:5.5g SÓ:0.5g Kenyér 0,1 KG (1;6;) EN:241.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:48.0g CK:1.6g FH:8.6g SÓ:1.5g Zöldhagyma 0.20 CS EN:7.6kcal ZS:0.1g SZH:0.2g FH:0.4g	Citromos tea (3 dl) * EN:5.9kcal ZS:1.3g TZS:1.3g Toast sonka felv. 0.09 KG allergénmentes EN:78.3kcal ZS:2.5g TZS:1.0g SZH:3.9g CK:0.4g FH:13.7g SÓ:2.3g Kenyér 0,1 KG (1;6;) EN:241.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:48.0g CK:1.6g FH:8.6g SÓ:1.5g Retek/F 0,05 kg EN:7.5kcal ZS:0.1g SZH:1.1g FH:0.6g	Citromos tea (3 dl) * EN:5.9kcal ZS:1.3g TZS:1.3g Harcsa pást. paradicsomos 50 g (4;) EN:168.0kcal ZS:15.3g TZS:2.0g SZH:3.1g CK:0.1g FH:4.5g SÓ:0.7g Kenyér 0,1 KG (1;6;) EN:241.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:48.0g CK:1.6g FH:8.6g SÓ:1.5g Zöldhagyma 0.20 CS EN:7.6kcal ZS:0.1g SZH:0.2g FH:0.4g
Napi összesítés	EN: 2208.3 kcal; ZS: 78.6 g; TZS: 30.8 g; SZH: 286.2 g; CK: 69.6 g; FH: 76.4 g; SÓ: 12.3 g;	EN: 2154.7 kcal; ZS: 62.2 g; TZS: 24.4 g; SZH: 315.0 g; CK: 92.8 g; FH: 77.1 g; SÓ: 8.5 g;	EN: 2107.2 kcal; ZS: 80.0 g; TZS: 35.2 g; SZH: 243.8 g; CK: 46.7 g; FH: 85.5 g; SÓ: 12.6 g;	EN: 2182.7 kcal; ZS: 86.6 g; TZS: 28.6 g; SZH: 272.2 g; CK: 58.5 g; FH: 73.0 g; SÓ: 8.6 g;	EN: 1978.8 kcal; ZS: 63.1 g; TZS: 26.2 g; SZH: 266.8 g; CK: 50.5 g; FH: 74.2 g; SÓ: 10.3 g;	EN: 1914.7 kcal; ZS: 50.6 g; TZS: 18.9 g; SZH: 279.1 g; CK: 81.8 g; FH: 80.4 g; SÓ: 10.8 g;	EN: 2051.8 kcal; ZS: 83.1 g; TZS: 26.5 g; SZH: 249.1 g; CK: 48.1 g; FH: 65.6 g; SÓ: 9.4 g;