

	Hétfő 05.18	Kedd 05.19	Szerda 05.20	Csütörtök 05.21	Péntek 05.22	Szombat 05.23	Vasárnap 05.24
Reggeli	<p>Tej (7;) EN:132.0kcal ZS:4.5g TZS:3.0g SZH:14.1g FH:8.7g SÓ:0.3g</p> <p>Marha párizsi EN:120.0kcal ZS:10.5g TZS:4.2g SZH:0.9g CK:0.3g FH:5.5g SÓ:0.9g</p> <p>margarin EN:45.0kcal ZS:5.0g TZS:1.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g</p> <p>vizes zsemle (1;) EN:278.7kcal ZS:1.3g TZS:0.1g SZH:60.0g CK:1.7g FH:8.7g SÓ:1.1g</p>	<p>Kakaó (7;) EN:167.2kcal ZS:4.7g TZS:2.8g SZH:20.9g CK:20.8g FH:9.2g SÓ:0.3g</p> <p>Kakaós foszlós kalács (1;3;6;7;13;) EN:297.5kcal ZS:7.5g TZS:3.0g SZH:51.9g CK:8.4g FH:8.3g SÓ:0.6g</p>	<p>Citromos tea EN:36.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g</p> <p>Főtt tojás karika (3;) EN:36.7kcal ZS:2.2g TZS:0.7g SZH:0.2g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.1g</p> <p>margarin EN:45.0kcal ZS:5.0g TZS:1.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g</p> <p>vizes zsemle (1;) EN:278.7kcal ZS:1.3g TZS:0.1g SZH:60.0g CK:1.7g FH:8.7g SÓ:1.1g</p> <p>Paradicsom EN:9.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.6g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>	<p>Tej (7;) EN:132.0kcal ZS:4.5g TZS:3.0g SZH:14.1g FH:8.7g SÓ:0.3g</p> <p>Csirke mellsonka EN:45.0kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:2.5g CK:0.3g FH:8.0g SÓ:1.4g</p> <p>margarin EN:45.0kcal ZS:5.0g TZS:1.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g</p> <p>vizes zsemle (1;) EN:278.7kcal ZS:1.3g TZS:0.1g SZH:60.0g CK:1.7g FH:8.7g SÓ:1.1g</p>	<p>Barackos tea EN:36.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g</p> <p>sült paprikakrém (7;) EN:53.6kcal ZS:1.9g TZS:1.1g SZH:7.0g CK:2.6g FH:1.7g SÓ:0.1g</p> <p>fehér kenyér (1;) EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g</p>	<p>Citromos tea EN:36.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g</p> <p>Méz EN:76.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:20.6g CK:20.6g FH:0.1g SÓ:0.0g</p> <p>margarin EN:45.0kcal ZS:5.0g TZS:1.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g</p> <p>fehér kenyér (1;) EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g</p>	<p>Málna tea EN:56.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:13.8g CK:13.8g FH:0.0g SÓ:0.0g</p> <p>Zöldfűszeres vajkrém (7;) EN:43.2kcal ZS:4.0g TZS:2.6g SZH:0.8g CK:0.5g FH:1.0g SÓ:0.2g</p> <p>fehér kenyér (1;) EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g</p> <p>Paradicsom EN:9.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.6g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>
Tízórai	<p>Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>	<p>Kivi gyümölcs EN:52.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:11.3g CK:6.0g FH:1.0g SÓ:0.0g</p>	<p>körte EN:52.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:12.0g CK:1.5g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>	<p>Mandarin EN:45.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.8g CK:7.8g FH:0.7g SÓ:0.0g</p>	<p>Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>	<p>Kefír (7;) EN:91.5kcal ZS:5.3g TZS:3.4g SZH:5.7g CK:5.7g FH:4.9g SÓ:0.1g</p>	<p>Gyümölcslé * EN:48.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:11.2g CK:10.8g FH:1.0g SÓ:0.0g</p>
Ebéd	<p>Csokonai sertésragu leves (1;7;9;10;12;) EN:177.3kcal ZS:9.1g TZS:2.9g SZH:8.1g CK:1.1g FH:13.9g SÓ:0.3g</p> <p>teljeskiőrlésű kenyér (ebédhez) (1;) EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g</p> <p>Darás metélt (1;) EN:517.0kcal ZS:10.9g TZS:1.5g SZH:89.2g CK:3.5g FH:14.4g SÓ:1.6g</p> <p>Barack lekvár EN:145.8kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:34.8g CK:30.6g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>	<p>Csontleves tésztával (1;9;) EN:122.6kcal ZS:0.6g TZS:0.1g SZH:23.6g CK:4.5g FH:4.8g SÓ:3.2g</p> <p>Csirkepörkölt EN:198.6kcal ZS:11.8g TZS:1.9g SZH:4.5g CK:0.0g FH:17.5g SÓ:1.8g</p> <p>Sárgaborsó főzelék (1;) EN:394.2kcal ZS:9.2g TZS:1.0g SZH:55.0g CK:4.6g FH:20.8g SÓ:0.0g</p> <p>fehér kenyér (1;) EN:96.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:19.1g CK:0.1g FH:3.5g SÓ:0.5g</p>	<p>Brokkoli krémleves (1;7;) EN:182.2kcal ZS:6.1g TZS:4.3g SZH:24.0g CK:1.6g FH:7.4g SÓ:1.7g</p> <p>Pírtott tökmag EN:189.4kcal ZS:16.0g TZS:3.0g SZH:6.2g CK:0.4g FH:8.6g SÓ:0.0g</p> <p>Borsos sertés tokány (1;9;) EN:168.7kcal ZS:7.8g TZS:1.9g SZH:6.1g CK:0.0g FH:17.3g SÓ:1.8g</p> <p>Mexikói bulgur (1;) EN:410.6kcal ZS:9.5g TZS:0.8g SZH:67.8g CK:9.0g FH:13.2g SÓ:1.6g</p>	<p>Sertés pörkölt EN:212.5kcal ZS:12.3g TZS:2.6g SZH:3.0g CK:0.0g FH:20.9g SÓ:0.2g</p> <p>Paradicsomos káposzta (1;) EN:231.1kcal ZS:7.3g TZS:0.7g SZH:34.3g CK:13.7g FH:6.1g SÓ:0.8g</p> <p>fehér kenyér (1;) EN:96.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:19.1g CK:0.1g FH:3.5g SÓ:0.5g</p> <p>Almás párna (1;) EN:200.5kcal ZS:7.7g TZS:3.8g SZH:27.5g CK:3.0g FH:4.5g SÓ:0.5g</p>	<p>Tojásleves (1;3;) EN:113.9kcal ZS:6.0g TZS:1.1g SZH:10.7g CK:0.0g FH:3.9g SÓ:1.3g</p> <p>Zöldborsós sertészelet (1;9;) EN:302.5kcal ZS:14.6g TZS:2.9g SZH:13.7g CK:0.0g FH:26.0g SÓ:1.9g</p> <p>Petrezselymes rizs EN:484.6kcal ZS:10.5g TZS:1.2g SZH:88.2g CK:0.0g FH:10.6g SÓ:1.0g</p> <p>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</p>	<p>Májgaluska leves (1;3;9;) EN:138.4kcal ZS:1.9g TZS:0.6g SZH:21.1g CK:4.3g FH:8.1g SÓ:0.4g</p> <p>Gránátos kocka (1;12;) EN:516.2kcal ZS:8.0g TZS:1.1g SZH:91.6g CK:2.5g FH:14.2g SÓ:1.4g</p> <p>Cékla saláta * (10;) EN:32.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:3.8g FH:1.4g SÓ:0.8g</p>	<p>Csontleves tésztával (1;9;) EN:122.6kcal ZS:0.6g TZS:0.1g SZH:23.6g CK:4.5g FH:4.8g SÓ:3.2g</p> <p>Rántott sertésborda (1;3;12;) EN:561.1kcal ZS:36.4g TZS:6.5g SZH:31.2g CK:0.3g FH:27.0g SÓ:2.2g</p> <p>Petrezselymes burgonya (12;) EN:451.0kcal ZS:18.6g TZS:8.4g SZH:57.2g CK:0.0g FH:7.8g SÓ:1.5g</p> <p>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</p>
Uzsonna	<p>Natúr joghurt (7;) EN:91.5kcal ZS:5.3g TZS:3.4g SZH:5.7g CK:5.7g FH:4.9g SÓ:0.1g</p>	<p>Citromos nápolyi (1;6;) EN:233.0kcal ZS:13.4g TZS:5.2g SZH:25.4g CK:11.1g FH:2.5g SÓ:0.1g</p>	<p>Korpvit 4 db (1;12;) EN:90.0kcal ZS:2.6g TZS:1.1g SZH:13.9g CK:0.9g FH:2.1g SÓ:0.2g</p>	<p>margarin EN:45.0kcal ZS:5.0g TZS:1.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g</p> <p>Kifli (1;7;) EN:109.6kcal ZS:1.5g TZS:0.6g SZH:20.4g CK:1.1g FH:2.9g SÓ:0.4g</p>	<p>Müzli szelet (1;5;6;8;11;12;) EN:82.6kcal ZS:2.2g TZS:0.9g SZH:14.6g CK:7.0g FH:1.1g SÓ:0.0g</p>	<p>Pizzás csiga (1;6;7;) EN:392.2kcal ZS:17.9g TZS:1.4g SZH:48.7g CK:3.7g FH:7.2g SÓ:0.4g</p>	<p>Kakaós kevert sütemény (1;3;7;) EN:664.8kcal ZS:27.1g TZS:5.3g SZH:92.4g CK:40.2g FH:10.5g SÓ:0.4g</p>
Vacsora	<p>Citromos tea EN:36.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g</p>	<p>Citromos tea EN:36.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g</p>	<p>Meggyes tea EN:36.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g</p>	<p>Erdei gyümölcs tea EN:36.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g</p>	<p>Citromos tea EN:36.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g</p>	<p>Gyümölcstea EN:37.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g</p>	<p>Citromos tea EN:36.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g</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-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-Csilagfű; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.

	Hétfő 05.18	Kedd 05.19	Szerda 05.20	Csütörtök 05.21	Péntek 05.22	Szombat 05.23	Vasárnap 05.24
Vacsora	Tepsis burgonya (12;) EN:280.6kcal ZS:5.6g TZS:0.5g SZH:46.0g CK:0.0g FH:6.3g SÓ:0.2g fehér kenyér (1;) EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g	Sült húskrém (7;) EN:188.9kcal ZS:16.5g TZS:7.4g SZH:0.7g CK:0.6g FH:9.5g SÓ:0.4g fehér kenyér (1;) EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g Kígyóuborka EN:4.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Körözött (7;) EN:101.9kcal ZS:6.5g TZS:4.3g SZH:2.6g CK:2.5g FH:7.4g SÓ:1.3g fehér kenyér (1;) EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g Kígyóuborka EN:4.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Trappista sajt (7;) EN:168.5kcal ZS:13.0g TZS:8.1g SZH:0.1g CK:0.1g FH:12.8g SÓ:0.8g margarin EN:45.0kcal ZS:5.0g TZS:1.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g fehér kenyér (1;) EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g	Kockasajt, natúr (7;) EN:141.0kcal ZS:11.1g TZS:7.5g SZH:3.6g CK:2.8g FH:6.6g SÓ:1.0g vizes zsemle (1;) EN:278.7kcal ZS:1.3g TZS:0.1g SZH:60.0g CK:1.7g FH:8.7g SÓ:1.1g Paprika EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Soproni felvágott EN:116.0kcal ZS:9.5g TZS:3.9g SZH:1.7g CK:0.7g FH:6.0g SÓ:1.1g margarin EN:45.0kcal ZS:5.0g TZS:1.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g vizes zsemle (1;) EN:278.7kcal ZS:1.3g TZS:0.1g SZH:60.0g CK:1.7g FH:8.7g SÓ:1.1g Paprika EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Főtt virsli EN:230.4kcal ZS:18.0g TZS:2.6g SZH:3.6g CK:0.4g FH:13.2g SÓ:2.5g fehér kenyér (1;) EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g Mustár (10;) EN:22.3kcal ZS:1.6g TZS:0.1g SZH:0.9g CK:0.9g FH:0.7g SÓ:0.5g