

	Hétfő 05.25	Kedd 05.26	Szerda 05.27	Csütörtök 05.28	Péntek 05.29
Reggeli		Karamellás tej (7;) EN:133.0kcal ZS:3.8g TZS:2.3g SZH:16.5g CK:16.5g FH:7.5g SÓ:0.3g Napraforgómagos vajkrém (7;) EN:87.1kcal ZS:8.5g TZS:4.7g SZH:1.5g CK:0.5g FH:1.1g SÓ:0.2g fehér kenyér (1;) EN:192.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:38.3g CK:0.1g FH:6.9g SÓ:1.0g Paprika EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Gyümölcs tea EN:37.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Tejben dara (1;7;) EN:318.9kcal ZS:4.8g TZS:2.9g SZH:55.3g CK:28.7g FH:12.2g SÓ:0.3g Kakaó szórát EN:122.3kcal ZS:0.6g TZS:0.4g SZH:27.4g CK:27.0g FH:0.7g SÓ:0.1g	Tej (7;) EN:110.0kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:11.8g FH:7.3g SÓ:0.3g Sertés párizsi EN:92.0kcal ZS:8.0g TZS:3.2g SZH:1.0g CK:0.0g FH:4.0g SÓ:0.8g Margarin EN:33.8kcal ZS:3.8g TZS:1.1g SÓ:0.1g fehér kenyér (1;) EN:192.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:38.3g CK:0.1g FH:6.9g SÓ:1.0g Kígyóborka EN:4.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	Kakaó (7;) EN:145.1kcal ZS:4.0g TZS:2.4g SZH:18.6g CK:18.5g FH:7.7g SÓ:0.3g Póréhagymás tojáskrém (3;7;) EN:89.6kcal ZS:7.5g TZS:4.1g SZH:1.2g CK:0.4g FH:2.9g SÓ:0.2g Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;) EN:307.4kcal ZS:2.1g TZS:0.1g SZH:62.4g CK:1.4g FH:11.8g SÓ:1.5g Jégcsapretek EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.5g SÓ:0.0g
Tízórai		Paradicsomos halkrém (4;) EN:103.1kcal ZS:5.8g TZS:0.8g SZH:2.1g CK:0.0g FH:10.6g SÓ:0.8g Margarin EN:33.8kcal ZS:3.8g TZS:1.1g SÓ:0.1g	Csicszeriborsó krém (7;12;) EN:137.9kcal ZS:5.7g TZS:2.9g SZH:13.3g CK:0.9g FH:6.0g SÓ:0.8g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:266.4kcal ZS:1.4g TZS:0.3g SZH:52.0g CK:0.0g FH:9.6g SÓ:1.4g Paprika EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	Gyümölcslé * EN:48.0kcal ZS:1.0g TZS:0.2g SZH:11.2g CK:10.8g FH:1.0g SÓ:0.0g	Sonkás kokasajt (7;) EN:67.9kcal ZS:5.3g TZS:3.4g SZH:1.6g CK:1.4g FH:3.5g SÓ:0.3g Kifli (1;7;) EN:219.2kcal ZS:3.1g TZS:1.2g SZH:40.7g CK:2.2g FH:5.8g SÓ:0.9g Paprika EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g
Ebéd		Májgombóc leves (1;3;9;) EN:110.9kcal ZS:1.4g TZS:0.5g SZH:17.7g CK:3.2g FH:6.7g SÓ:1.4g Sóska mártás (1;7;) EN:169.8kcal ZS:3.8g TZS:2.2g SZH:25.8g CK:4.5g FH:5.3g SÓ:1.3g Főtt tojás (3;) EN:112.0kcal ZS:8.0g TZS:2.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:9.6g SÓ:0.2g Főtt burgonya 1/2 (12;) EN:190.3kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:37.3g CK:0.0g FH:5.1g SÓ:0.0g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:266.4kcal ZS:1.4g TZS:0.3g SZH:52.0g CK:0.0g FH:9.6g SÓ:1.4g	Vegyes gyümölcsleves (1;7;) EN:212.7kcal ZS:4.2g TZS:3.4g SZH:39.3g CK:25.8g FH:2.8g SÓ:0.6g Csirkepaprikás (1;7;) EN:242.1kcal ZS:15.2g TZS:4.6g SZH:7.1g CK:0.8g FH:18.3g SÓ:1.1g Rizs köret EN:314.1kcal ZS:4.4g TZS:0.5g SZH:62.0g CK:0.0g FH:7.4g SÓ:0.0g	Zöldborsóleves (1;3;) EN:164.7kcal ZS:3.6g TZS:0.6g SZH:19.1g CK:3.2g FH:9.7g SÓ:0.5g Bolognai ragu EN:290.1kcal ZS:21.7g TZS:6.2g SZH:7.9g CK:1.1g FH:15.5g SÓ:1.3g Főtt tészta (1;) EN:336.6kcal ZS:3.4g TZS:0.6g SZH:64.8g CK:3.1g FH:11.0g SÓ:0.0g Reszelt sajt (1;7;) EN:148.3kcal ZS:10.4g TZS:6.5g SZH:2.9g CK:0.1g FH:10.6g SÓ:0.6g	Orjaleves (1;) EN:113.9kcal ZS:3.3g TZS:0.9g SZH:13.9g CK:4.2g FH:6.2g SÓ:2.8g Csirke gyros EN:211.5kcal ZS:13.2g TZS:2.4g SZH:1.6g CK:0.9g FH:19.8g SÓ:1.2g Sült burgonya 1/2 (12;) EN:204.1kcal ZS:1.9g TZS:0.2g SZH:37.3g CK:0.0g FH:5.1g SÓ:1.1g Vegyes saláta EN:46.5kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:0.0g FH:1.8g SÓ:0.0g Kapros joghurtos öntet (7;) EN:74.7kcal ZS:5.8g TZS:3.7g SZH:2.6g CK:1.3g FH:3.0g SÓ:1.0g Levesbetét tészta (1;) EN:35.1kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:7.2g CK:0.4g FH:1.3g SÓ:0.0g
Uzsonna		Sárgarépás sajtkrém (7;) EN:41.8kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:2.5g CK:1.3g FH:1.1g SÓ:0.4g Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;) EN:307.4kcal ZS:2.1g TZS:0.1g SZH:62.4g CK:1.4g FH:11.8g SÓ:1.5g	Magyaros vajkrém (7;) EN:104.8kcal ZS:8.8g TZS:5.8g SZH:4.8g CK:2.8g FH:1.4g SÓ:0.2g vizes zsemle (1;) EN:278.7kcal ZS:1.3g TZS:0.1g SZH:60.0g CK:1.7g FH:8.7g SÓ:1.1g	Sertés húskrém (házi) EN:64.9kcal ZS:5.0g TZS:1.3g SZH:0.0g CK:0.0g FH:4.6g SÓ:0.1g Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;) EN:307.4kcal ZS:2.1g TZS:0.1g SZH:62.4g CK:1.4g FH:11.8g SÓ:1.5g	Gyümölcsös joghurt (7;) EN:103.8kcal ZS:2.5g TZS:1.4g SZH:13.8g CK:13.8g 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, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítésszert tartalmaz.

Uzsonna

ParadicsomEN:9.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.6g CK:0.0g
FH:0.4g SÓ:0.0g**Kígyóuborka**EN:4.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.0g
FH:0.4g SÓ:0.0g**Kaliforniai paprika**EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:1.0g
FH:0.6g SÓ:0.0g

Vacsora

Zala felvágottEN:96.0kcal ZS:8.0g TZS:3.2g SZH:0.8g CK:0.2g
FH:5.2g SÓ:0.9g**Margarin**

EN:33.8kcal ZS:3.8g TZS:1.1g SÓ:0.1g

Császár zsemle (1;6;)EN:305.4kcal ZS:3.4g TZS:0.1g SZH:58.9g CK:1.1g
FH:9.4g SÓ:1.2g**Paprika**EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:0.0g
FH:0.6g SÓ:0.0g**Kenőmájás (sertés)**EN:87.6kcal ZS:7.4g TZS:3.3g SZH:1.7g CK:0.5g
FH:3.6g SÓ:0.9g**vizes zsemle (1;)**EN:278.7kcal ZS:1.3g TZS:0.1g SZH:60.0g CK:1.7g
FH:8.7g SÓ:1.1g**Kígyóuborka**EN:4.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.0g
FH:0.4g SÓ:0.0g**Hamburger (marha) (1;3;10;)**EN:271.8kcal ZS:5.9g TZS:1.5g SZH:31.6g CK:1.6g
FH:22.3g SÓ:1.5g**Vegyes saláta**EN:46.5kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:0.0g
FH:1.8g SÓ:0.0g**Dejós búrkifli (1;7;)**EN:464.0kcal ZS:20.2g TZS:8.6g SZH:48.2g
CK:22.6g FH:7.9g SÓ:0.3g**Alma**EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g
FH:0.4g SÓ:0.0g