

	Hétfő 05.25	Kedd 05.26	Szerda 05.27	Csütörtök 05.28	Péntek 05.29
Tízórai	Tej (7;) EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g CA:240.0mg Kenőmájás (sertés) EN:65.7kcal ZS:5.5g TZS:2.5g SZH:1.3g CK:0.4g FH:2.7g SÓ:0.7g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g Hónapos rettek EN:1.1kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.2g CK:0.0g FH:0.1g SÓ:0.0g CA:0.0mg	Karamellás tej (7;) EN:106.4kcal ZS:3.0g TZS:1.8g SZH:13.2g CK:13.2g FH:6.0g SÓ:0.2g CA:240.0mg Magvas vajkrém (7;) EN:187.6kcal ZS:16.5g TZS:6.0g SZH:4.7g CK:0.5g FH:4.2g SÓ:0.2g CA:10.0mg vizes zsemle (1;) EN:139.4kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:0.9g FH:4.4g SÓ:0.6g CA:0.0mg	Tej (7;) EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g CA:240.0mg Csicseriborsó krém (7;12;) EN:133.5kcal ZS:5.3g TZS:2.6g SZH:13.2g CK:0.9g FH:5.9g SÓ:0.7g CA:5.0mg félbarna kenyér (1;) EN:159.4kcal ZS:0.9g TZS:0.1g SZH:31.0g CK:0.6g FH:5.6g SÓ:0.8g CA:0.0mg	Tej (7;) EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g CA:240.0mg Sertés párizsi EN:69.0kcal ZS:6.0g TZS:2.4g SZH:0.8g CK:0.0g FH:3.0g SÓ:0.6g margarin EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g félbarna kenyér (1;) EN:159.4kcal ZS:0.9g TZS:0.1g SZH:31.0g CK:0.6g FH:5.6g SÓ:0.8g CA:0.0mg	Citromos tea EN:32.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.0g CK:8.0g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg 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 CA:7.5mg teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g Jégcsaprettek EN:4.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g CA:0.0mg
Ebéd A	Sertés gulyásleves (1;9;12;) EN:260.9kcal ZS:16.8g TZS:4.4g SZH:13.2g CK:1.1g FH:12.7g SÓ:1.3g CA:0.0mg Darás metélt (1;) EN:401.5kcal ZS:8.0g TZS:1.2g SZH:70.1g CK:2.8g FH:11.4g SÓ:1.2g CA:0.0mg Barack lekvár EN:48.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:11.6g CK:10.2g FH:0.1g SÓ:0.0g Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g CA:0.0mg	Francia hagymaleves (7;) EN:113.8kcal ZS:8.6g TZS:2.6g SZH:6.9g CK:0.8g FH:1.7g SÓ:0.8g CA:30.0mg Pirított kenyérkocka (1;) EN:26.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:5.1g CK:0.1g FH:1.0g SÓ:0.2g Rakott zöldbab (3;7;) EN:345.8kcal ZS:19.7g TZS:6.7g SZH:24.5g CK:4.9g FH:16.2g SÓ:0.1g CA:0.0mg	Erdei gyümölcsleves (1;7;) EN:180.8kcal ZS:4.5g TZS:2.8g SZH:30.4g CK:24.6g FH:2.6g SÓ:0.0g CA:39.8mg Csirkepaprikás (1;7;) EN:211.4kcal ZS:13.5g TZS:4.1g SZH:5.9g CK:0.7g FH:15.9g SÓ:1.0g CA:0.0mg Főtt tészta (1;) EN:290.3kcal ZS:7.7g TZS:1.0g SZH:46.8g CK:2.3g FH:7.9g SÓ:0.0g CA:0.0mg Káposztasaláta EN:19.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:1.4g FH:1.8g SÓ:0.7g	Zöldborsóleves (1;3;) EN:165.3kcal ZS:4.5g TZS:0.7g SZH:17.6g CK:1.9g FH:9.6g SÓ:0.3g CA:0.0mg Óvári sertészelet (1;7;) Burgonyapüré (7;12;) EN:267.7kcal ZS:3.6g TZS:1.7g SZH:44.2g CK:7.4g FH:9.8g SÓ:1.0g CA:192.0mg	Orjaleves (1;) EN:104.9kcal ZS:3.0g TZS:0.9g SZH:12.9g CK:3.8g FH:5.7g SÓ:2.5g CA:0.0mg Tejföl (7;) EN:103.0kcal ZS:10.0g TZS:6.6g SZH:1.2g CK:1.2g FH:1.4g SÓ:0.0g CA:60.0mg Székelykáposzta (1;) EN:317.2kcal ZS:23.6g TZS:5.9g SZH:10.8g CK:0.0g FH:15.1g SÓ:3.2g CA:0.0mg 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
Ebéd B	Sertés gulyásleves (1;9;12;) EN:260.9kcal ZS:16.8g TZS:4.4g SZH:13.2g CK:1.1g FH:12.7g SÓ:1.3g CA:0.0mg Tejben dara (1;7;) EN:390.8kcal ZS:6.9g TZS:3.5g SZH:67.7g CK:36.8g FH:12.8g SÓ:0.4g CA:360.0mg Kakaó szórát EN:122.3kcal ZS:0.6g TZS:0.4g SZH:27.4g CK:27.0g FH:0.7g SÓ:0.1g CA:0.0mg Alma EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g CA:0.0mg	Francia hagymaleves (7;) EN:113.8kcal ZS:8.6g TZS:2.6g SZH:6.9g CK:0.8g FH:1.7g SÓ:0.8g CA:30.0mg Pirított kenyérkocka (1;) EN:26.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:5.1g CK:0.1g FH:1.0g SÓ:0.2g Párolt csirkemell EN:108.0kcal ZS:2.4g TZS:0.8g SZH:0.9g CK:0.5g FH:19.3g SÓ:2.3g CA:0.0mg Sóska mártás (1;7;) EN:164.4kcal ZS:3.6g TZS:2.1g SZH:25.6g CK:4.3g FH:5.0g SÓ:1.3g CA:24.0mg Főtt burgonya 1/2 (12;) EN:169.2kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:33.1g CK:0.0g FH:4.5g SÓ:0.0g CA:0.0mg	Erdei gyümölcsleves (1;7;) EN:180.8kcal ZS:4.5g TZS:2.8g SZH:30.4g CK:24.6g FH:2.6g SÓ:0.0g CA:39.8mg Zöldfűszeres halragu EN:134.1kcal ZS:6.0g TZS:0.6g SZH:1.9g CK:0.0g FH:17.6g SÓ:0.5g CA:0.0mg Rizs köret EN:325.1kcal ZS:9.4g TZS:1.1g SZH:54.3g CK:0.0g FH:6.5g SÓ:0.0g CA:0.0mg Káposztasaláta EN:19.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:1.4g FH:1.8g SÓ:0.7g	Zöldborsóleves (1;3;) EN:165.3kcal ZS:4.5g TZS:0.7g SZH:17.6g CK:1.9g FH:9.6g SÓ:0.3g CA:0.0mg Rakott tészta (1;3;7;) EN:387.1kcal ZS:12.3g TZS:4.5g SZH:44.2g CK:3.1g FH:23.1g SÓ:1.1g CA:38.6mg	Orjaleves (1;) EN:104.9kcal ZS:3.0g TZS:0.9g SZH:12.9g CK:3.8g FH:5.7g SÓ:2.5g CA:0.0mg Sertés vagdalt (1;3;) EN:491.8kcal ZS:33.9g TZS:7.2g SZH:28.0g CK:0.5g FH:18.0g SÓ:1.7g CA:0.0mg Zöldbabfőzelék (1;7;) EN:107.7kcal ZS:4.1g TZS:3.0g SZH:11.8g CK:3.9g FH:4.7g SÓ:0.8g CA:0.0mg 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
Uzsonna	Edami sajt (7;) EN:126.4kcal ZS:9.4g TZS:6.4g SZH:0.8g CK:0.8g FH:10.4g SÓ:0.3g CA:320.0mg margarin EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g félbarna kenyér (1;) EN:159.4kcal ZS:0.9g TZS:0.1g SZH:31.0g CK:0.6g FH:5.6g SÓ:0.8g CA:0.0mg	Zala felvágott EN:72.0kcal ZS:6.0g TZS:2.4g SZH:0.6g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.7g CA:0.0mg margarin EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g Teljeskiőrlésű kifli (1;) EN:125.0kcal ZS:1.6g TZS:0.7g SZH:23.5g CK:0.1g FH:4.1g SÓ:0.7g	Natúr sajtkrém (7;) EN:57.2kcal ZS:4.8g TZS:3.1g SZH:2.0g CK:2.0g FH:1.5g SÓ:0.6g CA:206.8mg teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g Kígyóuborka EN:3.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.5g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g CA:0.0mg	Sült húskrém (7;) EN:149.1kcal ZS:13.0g TZS:5.7g SZH:0.5g CK:0.4g FH:7.6g SÓ:0.3g CA:11.3mg Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;) EN:153.7kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:31.2g CK:0.7g FH:5.9g SÓ:0.8g CA:0.0mg Kaliforniai paprika EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.7g FH:0.4g SÓ:0.0g CA:0.0mg	Mákos búrkifli (1;7;) EN:232.0kcal ZS:10.1g TZS:4.3g SZH:24.1g CK:11.3g FH:4.0g SÓ:0.2g CA:0.0mg Banán EN:105.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:24.2g CK:15.0g FH:1.3g SÓ:0.0g CA:0.0mg

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
05.25Kedd
05.26Szerda
05.27Csütörtök
05.28Péntek
05.29

Uzsonna

Paradicsom

EN:6.9kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.2g CK:0.0g
FH:0.3g SÓ:0.0g CA:0.0mg

Napi összesítés

EN: 2231.4 kcal; ZS: 73.8 g; TZS: 26.3 g; SZH: 298.9 g; CK: 88.8 g; FH: 82.9 g; SÓ: 7.4 g; CA: 920.0 mg; EN: 1740.7 kcal; ZS: 75.3 g; TZS: 26.9 g; SZH: 181.4 g; CK: 26.4 g; FH: 73.2 g; SÓ: 8.2 g; CA: 334.0 mg; EN: 2003.3 kcal; ZS: 61.0 g; TZS: 20.6 g; SZH: 269.4 g; CK: 58.5 g; FH: 83.1 g; SÓ: 6.3 g; CA: 531.4 mg; EN: 1649.6 kcal; ZS: 52.7 g; TZS: 19.1 g; SZH: 198.0 g; CK: 16.8 g; FH: 80.4 g; SÓ: 5.7 g; CA: 481.9 mg; EN: 2159.7 kcal; ZS: 97.8 g; TZS: 33.4 g; SZH: 226.9 g; CK: 47.9 g; FH: 75.9 g; SÓ: 13.6 g; CA: 67.5 mg;