

	Hétfő 05.25	Kedd 05.26	Szerda 05.27	Csütörtök 05.28	Péntek 05.29
Tízórai	Tej (7;) EN:110.0kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:11.8g FH:7.3g SÓ:0.3g CA:300.0mg Kenőmájás (sertés) EN:87.6kcal ZS:7.4g TZS:3.3g SZH:1.7g CK:0.5g FH:3.6g SÓ:0.9g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:266.4kcal ZS:1.4g TZS:0.3g SZH:52.0g CK:0.0g FH:9.6g SÓ:1.4g Hónapos retek EN:1.5kcal 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:133.0kcal ZS:3.8g TZS:2.3g SZH:16.5g CK:16.5g FH:7.5g SÓ:0.3g CA:300.0mg Magvas vajkrém (7;) EN:246.6kcal ZS:21.3g TZS:6.7g SZH:6.4g CK:0.5g FH:6.1g SÓ:0.2g CA:10.0mg vizes zsemle (1;) EN:278.7kcal ZS:1.3g TZS:0.1g SZH:60.0g CK:1.7g FH:8.7g SÓ:1.1g CA:0.0mg	Tej (7;) EN:110.0kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:11.8g FH:7.3g SÓ:0.3g CA:300.0mg Csicseriborsó krém (7;12;) EN:137.9kcal ZS:5.7g TZS:2.9g SZH:13.3g CK:0.9g FH:6.0g SÓ:0.8g CA:5.6mg félbarna kenyér (1;) EN:212.6kcal ZS:1.1g TZS:0.1g SZH:41.4g CK:0.9g FH:7.5g SÓ:1.1g CA:0.0mg	Tej (7;) EN:110.0kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:11.8g FH:7.3g SÓ:0.3g CA:300.0mg 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:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g félbarna kenyér (1;) EN:212.6kcal ZS:1.1g TZS:0.1g SZH:41.4g CK:0.9g FH:7.5g SÓ:1.1g CA:0.0mg	Citromos tea EN:36.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g 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:266.4kcal ZS:1.4g TZS:0.3g SZH:52.0g CK:0.0g FH:9.6g SÓ:1.4g Jégcsapretek EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.5g SÓ:0.0g CA:0.0mg
Ebéd	Sertés gulyásleves (1;9;12;) EN:306.6kcal ZS:19.6g TZS:5.2g SZH:15.5g CK:1.3g FH:15.1g SÓ:1.5g CA:0.0mg Darás metélt (1;) EN:486.8kcal ZS:9.1g TZS:1.3g SZH:86.1g CK:3.5g FH:14.0g SÓ:1.3g CA:0.0mg Barack lekvár EN:60.8kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:14.5g CK:12.8g 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:128.0kcal ZS:9.7g TZS:2.9g SZH:7.7g CK:0.9g FH:1.9g SÓ:0.9g CA:33.7mg Pírtott kenyérkocka (1;) EN:39.3kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:7.7g CK:0.1g FH:1.5g SÓ:0.3g Rakott zöldbab (3;7;) EN:397.4kcal ZS:22.9g TZS:7.8g SZH:27.5g CK:5.4g FH:18.8g SÓ:0.1g CA:0.0mg	Erdei gyümölcsleves (1;7;) EN:203.8kcal ZS:5.1g TZS:3.2g SZH:34.2g CK:27.7g FH:2.9g SÓ:0.0g CA:44.7mg Csirkepaprikás (1;7;) EN:242.1kcal ZS:15.2g TZS:4.6g SZH:7.1g CK:0.8g FH:18.3g SÓ:1.1g CA:0.0mg Főtt tészta (1;) EN:336.6kcal ZS:3.4g TZS:0.6g SZH:64.8g CK:3.1g FH:11.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg Káposztasaláta EN:22.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:1.6g FH:2.0g SÓ:0.8g	Zöldborsóleves (1;3;) EN:164.7kcal ZS:3.6g TZS:0.6g SZH:19.1g CK:3.2g FH:9.7g SÓ:0.5g CA:0.0mg Óvári sertésszelet (1;7;) Burgonyapüré (7;12;) EN:324.7kcal ZS:4.1g TZS:1.9g SZH:54.3g CK:8.3g FH:11.7g SÓ:1.6g CA:216.0mg	Orjaleves (1;) EN:113.9kcal ZS:3.3g TZS:0.9g SZH:13.9g CK:4.2g FH:6.2g SÓ:2.8g 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:349.5kcal ZS:26.8g TZS:6.7g SZH:9.8g CK:0.0g FH:17.0g SÓ:4.6g 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:212.6kcal ZS:1.1g TZS:0.1g SZH:41.4g CK:0.9g FH:7.5g SÓ:1.1g CA:0.0mg	Zala felvágott EN:96.0kcal ZS:8.0g TZS:3.2g SZH:0.8g CK:0.2g FH:5.2g SÓ:0.9g 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:250.0kcal ZS:3.2g TZS:1.3g SZH:47.0g CK:0.2g FH:8.2g SÓ:1.4g Paradicsom EN:9.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.6g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g CA:0.0mg	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:266.4kcal ZS:1.4g TZS:0.3g SZH:52.0g CK:0.0g FH:9.6g SÓ:1.4g Kígyóuborka EN:4.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g CA:0.0mg	Sült húskrém (7;) EN:188.9kcal ZS:16.5g TZS:7.4g SZH:0.7g CK:0.6g FH:9.5g SÓ:0.4g CA:15.0mg 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 CA:0.0mg Kaliforniai paprika EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:1.0g FH:0.6g SÓ:0.0g CA:0.0mg	Mákos búrkifli (1;7;) EN:464.0kcal ZS:20.2g TZS:8.6g SZH:48.2g CK:22.6g FH:7.9g SÓ:0.3g CA:0.0mg Banán EN:126.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:29.0g CK:18.0g FH:1.6g SÓ:0.0g CA:0.0mg
Napi összesítés	EN: 1729.6 kcal; ZS: 56.3 g; TZS: 20.4 g; SZH: 231.0 g; CK: 23.8 g; FH: 68.1 g; SÓ: 6.9 g; CA: 620.0 mg;	EN: 1614.2 kcal; ZS: 74.3 g; TZS: 25.4 g; SZH: 175.2 g; CK: 25.6 g; FH: 58.3 g; SÓ: 5.3 g; CA: 343.7 mg;	EN: 1593.7 kcal; ZS: 40.8 g; TZS: 17.4 g; SZH: 229.9 g; CK: 37.1 g; FH: 66.4 g; SÓ: 6.1 g; CA: 557.1 mg;	EN: 1448.2 kcal; ZS: 43.2 g; TZS: 17.0 g; SZH: 192.5 g; CK: 15.3 g; FH: 62.0 g; SÓ: 6.2 g; CA: 531.0 mg;	EN: 1688.5 kcal; ZS: 69.9 g; TZS: 27.5 g; SZH: 191.4 g; CK: 55.4 g; FH: 51.9 g; SÓ: 10.0 g; CA: 67.5 mg;

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.