

	Hétfő 06.01	Kedd 06.02	Szerda 06.03	Csütörtök 06.04	Péntek 06.05
<b>Reggeli</b>	<b>Forralt tej (7;)</b> EN:55.0kcal ZS:2.8g TZS:1.8g SZH:4.6g CK:4.6g FH:2.9g SÓ:0.1g <b>Szendvicssonka - b</b> EN:18.6kcal ZS:0.8g TZS:0.4g SZH:0.6g CK:0.3g FH:2.3g SÓ:0.4g <b>Liga csészés - b</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g <b>Vizes zsemle - b (1;)</b> EN:62.5kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:15.0g CK:0.1g FH:2.0g SÓ:0.3g	<b>Forralt tej (7;)</b> EN:55.0kcal ZS:2.8g TZS:1.8g SZH:4.6g CK:4.6g FH:2.9g SÓ:0.1g <b>Főtt tojás (3;)</b> EN:28.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g FH:2.4g <b>Delma multivitamin - b</b> EN:35.0kcal ZS:3.9g TZS:1.1g SZH:0.1g FH:0.1g SÓ:0.1g <b>Császárszemle - b (1;6;)</b> EN:76.3kcal ZS:0.9g TZS:0.0g SZH:14.7g CK:0.3g FH:2.3g SÓ:0.3g <b>Zöldhagyma - b</b> EN:7.6kcal ZS:0.1g SZH:0.2g FH:0.4g	<b>Kakaó - b (7;)</b> EN:83.3kcal ZS:3.2g TZS:2.1g SZH:9.9g CK:9.6g FH:3.3g SÓ:0.2g <b>Liga csészés - b</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g <b>Foszlós kalács (1;3;6;7;)</b> EN:89.3kcal ZS:2.2g TZS:0.9g SZH:15.6g CK:2.5g FH:2.5g SÓ:0.2g	<b>Ivóoghurt - b (7;)</b> EN:83.0kcal ZS:2.0g TZS:1.1g SZH:11.0g CK:11.0g FH:2.5g SÓ:0.1g <b>Vajkrém - b (7;)</b> EN:34.8kcal ZS:3.5g TZS:2.3g SZH:0.6g CK:0.2g FH:0.2g SÓ:0.1g <b>Tejes kifli - b (1;7;)</b> EN:57.8kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:11.5g CK:0.5g FH:1.8g SÓ:0.2g	<b>Forralt tej (7;)</b> EN:55.0kcal ZS:2.8g TZS:1.8g SZH:4.6g CK:4.6g FH:2.9g SÓ:0.1g <b>Sertéshúskrém házi - b</b> EN:55.3kcal ZS:4.1g TZS:1.8g SZH:0.3g CK:0.0g FH:4.1g SÓ:0.0g <b>Hónapos rettek - b</b> EN:0.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.1g CK:0.0g FH:0.1g SÓ:0.0g <b>Császárszemle - b (1;6;)</b> EN:76.3kcal ZS:0.9g TZS:0.0g SZH:14.7g CK:0.3g FH:2.3g SÓ:0.3g
<b>Tízórai</b>	<b>Almalé 100 % os - b</b> EN:45.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:11.0g CK:11.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Pöttyös Túró Rudi (6;7;)</b> EN:105.6kcal ZS:5.1g TZS:4.2g SZH:11.7g CK:10.8g FH:3.0g SÓ:0.0g	<b>Narancsos limonádé</b> EN:49.1kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.6g CK:7.8g FH:0.5g SÓ:0.0g	<b>Piros gyümölcsle 100 % os - b</b> EN:46.0kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:9.8g CK:8.9g FH:0.4g SÓ:0.0g	<b>Banán - b</b> EN:73.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:16.9g CK:10.5g FH:0.9g SÓ:0.0g	<b>Limonádé</b> EN:31.3kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.9g CK:5.3g FH:0.2g SÓ:0.0g
<b>Ebéd</b>	<b>100 %-os halrúd (1;4;)</b> EN:160.3kcal ZS:9.5g TZS:0.5g SZH:12.7g FH:5.5g <b>Tököfzélék - b (1;7;)</b> EN:229.3kcal ZS:10.6g TZS:4.7g SZH:27.8g CK:7.3g FH:4.9g SÓ:0.3g <b>Teljes kiőrlésű kenyér - b (1;)</b> EN:84.0kcal ZS:1.1g TZS:0.1g SZH:15.9g CK:0.2g FH:1.8g SÓ:0.5g	<b>Legényfogyó leves - b (1;7;9;12;)</b> EN:131.0kcal ZS:4.9g TZS:1.4g SZH:9.9g CK:0.3g FH:10.4g SÓ:0.2g <b>Meggyes pite-b (1;3;7;)</b> EN:255.1kcal ZS:6.9g TZS:1.4g SZH:41.4g CK:9.4g FH:6.6g SÓ:0.1g <b>Körte - b</b> EN:36.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:8.4g CK:1.1g FH:0.3g SÓ:0.0g	<b>Rakott karfiol (sertés) - b (1;7;12;)</b> EN:465.7kcal ZS:15.4g TZS:7.8g SZH:58.5g CK:2.8g FH:21.9g SÓ:0.8g <b>Alma - b</b> EN:21.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:4.2g CK:2.4g FH:0.2g SÓ:0.0g	<b>Zöldséges fehérbableves (1;9;12;)</b> EN:192.4kcal ZS:5.1g TZS:0.6g SZH:27.9g CK:3.6g FH:7.5g SÓ:0.3g <b>Pulykaragu - b (1;)</b> EN:146.9kcal ZS:6.2g TZS:1.1g SZH:12.5g CK:0.0g FH:10.0g SÓ:0.3g <b>Kuszkus - b (1;)</b> EN:261.4kcal ZS:5.6g TZS:0.8g SZH:43.7g CK:1.8g FH:7.9g SÓ:0.0g <b>Uborkasaláta - b</b> EN:13.2kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.7g CK:2.0g FH:0.4g SÓ:0.1g	<b>Sertés húspogácsa - b (1;3;)</b> EN:190.3kcal ZS:7.9g TZS:1.6g SZH:18.5g CK:0.4g FH:12.0g SÓ:0.6g <b>Vegyes gyümölcs mártás - b (1;7;)</b> EN:205.5kcal ZS:4.4g TZS:2.7g SZH:37.7g CK:12.9g FH:3.8g SÓ:0.3g <b>Burgonyapüré fél adag (7;12;)</b> EN:136.2kcal ZS:3.8g TZS:1.8g SZH:20.2g CK:0.9g FH:3.2g SÓ:0.2g
<b>Uzsonna</b>	<b>Csipkebogyó tea</b> EN:22.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.2g CK:5.2g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Sajtkrém - b (7;)</b> EN:30.0kcal ZS:2.5g TZS:1.6g SZH:1.1g CK:1.1g FH:0.8g SÓ:0.3g <b>Félbarna kenyér - b (1;)</b> EN:79.7kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:15.5g CK:0.3g FH:2.8g SÓ:0.4g <b>Kígyóborka - b</b> EN:2.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.3g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	<b>Gyümölcs tea - b</b> EN:22.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.2g CK:5.2g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Körözött házi (7;)</b> EN:47.0kcal ZS:3.2g TZS:1.8g SZH:1.0g CK:0.7g FH:3.3g SÓ:0.0g <b>Teljes kiőrlésű kenyér - b (1;)</b> EN:84.0kcal ZS:1.1g TZS:0.1g SZH:15.9g CK:0.2g FH:1.8g SÓ:0.5g	<b>Csipkebogyó tea</b> EN:22.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.2g CK:5.2g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Trappista sajt (7;)</b> EN:59.4kcal ZS:4.3g TZS:2.8g SZH:0.3g CK:0.0g FH:5.0g SÓ:0.4g <b>Liga csészés - b</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g <b>Burgonyás kenyér - b (1;)</b> EN:79.8kcal ZS:0.9g TZS:0.1g SZH:12.2g CK:0.2g FH:3.8g SÓ:0.3g <b>Paradicsom - b</b> EN:4.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.8g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	<b>Gyümölcs tea - b</b> EN:22.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.2g CK:5.2g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Zöldséges felvágott - b (10;)</b> EN:23.2kcal ZS:1.8g TZS:0.6g SZH:0.6g CK:0.2g FH:1.2g SÓ:0.3g <b>Delma multivitamin - b</b> EN:35.0kcal ZS:3.9g TZS:1.1g SZH:0.1g FH:0.1g SÓ:0.1g <b>Teljes kiőrlésű kenyér - b (1;)</b> EN:84.0kcal ZS:1.1g TZS:0.1g SZH:15.9g CK:0.2g FH:1.8g SÓ:0.5g <b>Kaliforniai paprika - b</b> EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.5g FH:0.3g SÓ:0.0g	<b>Csipkebogyó tea</b> EN:22.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.2g CK:5.2g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Margarinos pogácsa - b (1;6;7;)</b> EN:108.2kcal ZS:6.5g TZS:0.6g SZH:13.9g CK:1.6g FH:2.3g SÓ:0.3g <b>Alma - b</b> EN:21.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:4.2g CK:2.4g FH:0.2g SÓ:0.0g

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk.

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kcal/adag); ZS(zsír: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); TZS(telített zsírsav: g/adag); CK(cukor: g/adag); FH(fehérje: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákkfélek; 3-Tojás; 4-Halak; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezámag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfürt; 14-Puhatestűek. \* - édesítésszert tartalmaz.