



	Hétfő 06.01	Kedd 06.02	Szerda 06.03	Csütörtök 06.04	Péntek 06.05	Szombat 06.06	Vasárnap 06.07
<b>Reggeli</b>	<b>Forralt tej (7;)</b> EN:76.5kcal ZS:2.5g TZS:1.5g SZH:7.8g CK:7.8g FH:5.1g SÓ:0.2g  <b>Baromfi párizsi</b> EN:81.2kcal ZS:6.8g TZS:2.4g SZH:0.6g CK:0.2g FH:4.4g SÓ:0.8g  <b>Margarin</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:148.8kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:31.1g CK:0.1g FH:4.1g SÓ:0.7g <b>Paprika</b> EN:15.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:0.0g FH:0.7g SÓ:0.0g	<b>Vaníliás tej (7;)</b> EN:88.2kcal ZS:2.7g TZS:1.6g SZH:10.1g CK:10.1g FH:5.4g SÓ:0.2g  <b>Méz</b> EN:60.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:16.5g CK:16.4g FH:0.1g SÓ:0.0g  <b>Vaj (7;)</b> EN:75.3kcal ZS:8.3g TZS:5.4g SZH:0.1g CK:0.1g FH:0.1g <b>Császár zsemle (1;6;)</b> EN:152.7kcal ZS:1.7g TZS:0.0g SZH:29.4g CK:0.5g FH:4.7g SÓ:0.6g	<b>Gyümölcs tea (12;)</b> EN:48.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:12.0g CK:12.0g FH:0.0g SÓ:0.0g  <b>Tonhalkrém (3;4;7;10;)</b> EN:263.1kcal ZS:22.6g TZS:7.4g SZH:3.1g CK:2.3g FH:11.0g SÓ:1.2g  <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g <b>Paradicsom</b> EN:11.5kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:1.3g FH:0.5g SÓ:0.0g	<b>Csipkebogyó tea</b> EN:40.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g  <b>Edami sajt (7;)</b> EN:158.0kcal ZS:11.8g TZS:8.0g SZH:1.0g CK:1.0g FH:13.0g SÓ:0.4g  <b>Margarin</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g <b>Zsemle (1;)</b> EN:125.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:30.0g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.6g <b>Paprika</b> EN:15.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:0.0g FH:0.7g SÓ:0.0g	<b>Gyümölcs tea (12;)</b> EN:48.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:12.0g CK:12.0g FH:0.0g SÓ:0.0g  <b>Főtt virsli P</b> EN:106.0kcal ZS:8.5g TZS:3.9g SZH:1.4g FH:6.0g SÓ:1.1g  <b>Ketchup</b> EN:13.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:3.0g CK:2.0g FH:0.2g SÓ:0.3g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:148.8kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:31.1g CK:0.1g FH:4.1g SÓ:0.7g	<b>Forralt tej (7;)</b> EN:76.5kcal ZS:2.5g TZS:1.5g SZH:7.8g CK:7.8g FH:5.1g SÓ:0.2g  <b>Túrós batyu (1;6;7;)</b> EN:175.0kcal ZS:7.5g TZS:3.8g SZH:25.0g CK:8.0g FH:2.9g SÓ:0.1g	<b>Gyümölcs tea (12;)</b> EN:48.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:12.0g CK:12.0g FH:0.0g SÓ:0.0g  <b>Töltött bundás kenyér (1;3;7;)</b> EN:296.4kcal ZS:17.5g TZS:3.4g SZH:26.2g CK:0.1g FH:7.9g SÓ:1.6g
<b>Tízórai</b>	<b>Grzípudding (7;)</b> EN:196.0kcal ZS:6.5g TZS:4.4g SZH:28.7g CK:21.7g FH:5.2g SÓ:0.2g	<b>Piskóta rolád (1;3;7;)</b> EN:191.7kcal ZS:8.6g TZS:5.4g SZH:26.1g CK:17.1g FH:2.3g SÓ:0.3g	<b>Kefir (7;)</b> EN:91.5kcal ZS:5.3g TZS:3.4g SZH:5.7g CK:5.7g FH:4.9g SÓ:0.1g  <b>Kifli (1;7;)</b> EN:115.6kcal ZS:0.9g TZS:0.4g SZH:22.9g CK:1.1g FH:3.5g SÓ:0.4g	<b>Barackos zabkása (1;7;)</b> EN:171.3kcal ZS:4.3g TZS:2.2g SZH:26.4g CK:13.0g FH:6.0g SÓ:0.1g	<b>Nápolyi (1;7;)</b> EN:93.2kcal ZS:5.4g TZS:2.1g SZH:10.2g CK:4.4g FH:1.0g SÓ:0.0g	<b>Vaníliás puding (1;7;)</b> EN:154.0kcal ZS:4.2g TZS:3.5g SZH:27.5g CK:21.7g FH:1.4g SÓ:0.3g	<b>Kakaós csiga (1;7;)</b> EN:219.5kcal ZS:9.8g TZS:6.2g SZH:29.3g CK:11.3g FH:3.1g SÓ:0.3g
<b>Ebéd A</b>	<b>Lencsegulyás sertéshússal (1;3;)</b> EN:404.0kcal ZS:15.9g TZS:3.4g SZH:38.6g CK:1.1g FH:21.5g SÓ:1.3g  <b>Darás metélt (1;)</b> EN:595.5kcal ZS:24.9g TZS:3.0g SZH:79.8g CK:0.0g FH:11.6g SÓ:1.2g  <b>Barack lekvár</b> EN:60.8kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:14.5g CK:12.8g FH:0.1g SÓ:0.0g  <b>Alma</b> EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g	<b>Húsgaluska leves (sertés) (1;3;)</b> EN:167.8kcal ZS:8.6g TZS:3.0g SZH:12.6g CK:2.4g FH:9.7g SÓ:0.1g  <b>Főtt tojás (3;)</b> EN:73.3kcal ZS:4.4g TZS:1.4g SZH:0.3g CK:0.2g FH:5.0g SÓ:0.2g  <b>Sóska mártás (1;7;)</b> EN:113.2kcal ZS:1.5g TZS:0.8g SZH:19.3g CK:5.1g FH:4.4g SÓ:9.9g  <b>Főtt burgonya 1/2 (12;)</b> EN:122.2kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:23.9g CK:0.0g FH:3.3g SÓ:1.0g <b>Nektarin</b> EN:73.5kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:17.1g CK:11.9g FH:0.6g SÓ:0.0g	<b>Sajtkrémleves (7;)</b> EN:559.4kcal ZS:42.4g TZS:26.2g SZH:17.2g CK:16.5g FH:26.5g SÓ:2.8g  <b>Pírtott tökmag</b> EN:54.1kcal ZS:4.6g TZS:0.9g SZH:1.8g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.0g  <b>Szárnyasrizottó (9;)</b> EN:388.1kcal ZS:12.7g TZS:2.1g SZH:42.5g CK:0.4g FH:23.8g SÓ:2.6g  <b>Kovászos uborka * (1;10;)</b> EN:10.5kcal ZS:0.1g SZH:2.5g CK:1.2g FH:0.4g SÓ:1.4g	<b>Tarhonyaleves (1;12;)</b> EN:239.0kcal ZS:12.3g TZS:1.3g SZH:26.8g CK:0.7g FH:4.2g SÓ:1.3g SÓ:2.8g  <b>Sült debreceni kolbász</b> EN:210.0kcal ZS:18.9g TZS:7.7g SZH:0.1g CK:0.1g FH:11.0g SÓ:1.8g  <b>Tökfőzelék (1;7;)</b> EN:333.4kcal ZS:16.8g TZS:5.2g SZH:41.1g CK:20.7g FH:4.2g SÓ:0.9g  <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:99.9kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:19.5g CK:0.0g FH:3.6g SÓ:0.5g <b>Tejszelet (1;3;6;7;)</b> EN:92.2kcal ZS:4.6g TZS:4.2g SZH:14.2g CK:8.1g FH:1.8g SÓ:0.0g	<b>Tejfölös karalábéleves (1;3;7;)</b> EN:265.8kcal ZS:14.9g TZS:3.5g SZH:27.8g CK:0.9g FH:5.6g SÓ:0.4g  <b>Sertés pörkölt</b> EN:188.7kcal ZS:10.2g TZS:2.2g SZH:4.9g CK:0.0g FH:17.9g SÓ:1.9g  <b>Galuska köret (1;3;)</b> EN:484.4kcal ZS:15.0g TZS:1.5g SZH:107.5g CK:0.0g FH:30.0g SÓ:1.0g <b>Cékla saláta * (10;)</b> EN:34.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:8.5g CK:4.1g FH:1.4g SÓ:0.9g <b>Körte</b> EN:114.4kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:26.4g CK:3.3g FH:0.9g SÓ:0.0g	<b>Minestrone zöldségleves (1;9;)</b> EN:49.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:8.7g CK:0.6g FH:2.3g SÓ:1.0g  <b>Rántott sajt (1;3;7;)</b> EN:448.4kcal ZS:35.5g TZS:10.3g SZH:18.9g CK:1.3g FH:12.6g SÓ:1.1g  <b>Petrezselymes burgonya (12;)</b> EN:500.8kcal ZS:30.1g TZS:3.3g SZH:45.0g CK:0.1g FH:6.7g SÓ:1.0g  <b>Tartármártás (3;7;10;)</b> EN:152.9kcal ZS:12.8g TZS:3.6g SZH:7.6g CK:6.6g FH:0.9g SÓ:1.4g	<b>Magyaros gombaleves (1;3;)</b> EN:211.4kcal ZS:12.4g TZS:1.4g SZH:17.2g CK:0.1g FH:7.2g SÓ:0.5g  <b>Vadas s.ragu (1;7;9;10;)</b> EN:194.8kcal ZS:10.1g TZS:3.4g SZH:11.6g CK:5.9g FH:13.0g SÓ:0.2g  <b>Zsemlegombóc (1;3;)</b> EN:294.9kcal ZS:3.7g TZS:0.5g SZH:55.5g CK:0.6g FH:7.6g SÓ:1.2g  <b>Alma</b> EN:70.0kcal ZS:0.8g TZS:0.0g SZH:14.0g CK:8.0g FH:0.8g SÓ:0.0g
<b>Uzsonna</b>	<b>Őszibarackbefőtt</b> EN:45.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:12.4g CK:11.3g FH:0.4g SÓ:0.0g	<b>Karfiolkrém (7;)</b> EN:48.7kcal ZS:4.6g TZS:2.9g SZH:0.8g CK:0.4g FH:0.8g SÓ:0.3g	<b>Szőlő</b> EN:93.6kcal SZH:21.7g CK:11.4g FH:0.7g	<b>Réteges joghurt (7;)</b> EN:157.5kcal ZS:4.5g TZS:2.1g SZH:27.0g CK:27.0g FH:4.5g SÓ:0.0g	<b>Tejföl (7;)</b> EN:360.5kcal ZS:35.0g TZS:22.8g SZH:4.4g CK:4.4g FH:4.9g SÓ:0.1g	<b>Ringlószilva</b> EN:63.0kcal SZH:14.0g CK:3.7g FH:0.8g	<b>Réteges joghurt (7;)</b> EN:157.5kcal ZS:4.5g TZS:2.1g SZH:27.0g CK:27.0g FH:4.5g 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); TZS(telített zsírsav: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); CK(cukor: g/adag); FH(nehézség: 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-Csilagfűt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.

	Hétfő 06.01	Kedd 06.02	Szerda 06.03	Csütörtök 06.04	Péntek 06.05	Szombat 06.06	Vasárnap 06.07
<b>Uzsonna</b>		<b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g <b>Hónapos retek</b> EN:7.5kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.1g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g			<b>Kifli (1;7;)</b> EN:115.6kcal ZS:0.9g TZS:0.4g SZH:22.9g CK:1.1g FH:3.5g SÓ:0.4g		
<b>Vacsora</b>	<b>Citromos tea</b> EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Snidlinges sajtkrém (7;)</b> EN:37.2kcal ZS:3.1g TZS:2.0g SZH:1.3g CK:1.3g FH:1.0g SÓ:0.4g <b>Teljeskiőrlésű zsemle (1;6;)</b> EN:153.7kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:31.2g CK:0.7g FH:5.9g SÓ:0.8g	<b>Citromos tea</b> EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Kockasajt, sonkás (7;)</b> EN:67.9kcal ZS:5.3g TZS:3.4g SZH:1.6g CK:1.4g FH:3.5g SÓ:0.3g <b>Kifli (1;7;)</b> EN:115.6kcal ZS:0.9g TZS:0.4g SZH:22.9g CK:1.1g FH:3.5g SÓ:0.4g <b>Zöldhagyma</b> EN:7.6kcal ZS:0.1g SZH:0.2g FH:0.4g	<b>Citromos tea</b> EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Szendvics sonka</b> EN:49.6kcal ZS:2.2g TZS:1.0g SZH:1.6g CK:0.8g FH:6.0g SÓ:1.0g <b>Margarin</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g <b>Zsemle (1;)</b> EN:125.0kcal ZS:0.4g TZS:0.2g SZH:30.0g CK:0.1g FH:3.9g SÓ:0.6g <b>Paradicsom</b> EN:11.5kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:1.3g FH:0.5g SÓ:0.0g	<b>Citromos tea</b> EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Pulykasült</b> EN:293.0kcal ZS:19.6g TZS:2.4g SZH:0.0g CK:0.0g FH:28.9g SÓ:0.8g <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g <b>Ecetes almapirika (10;12;)</b> EN:16.0kcal ZS:0.2g SZH:2.4g CK:0.8g FH:1.0g SÓ:1.6g	<b>Citromos tea</b> EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Sajtkrém (7;)</b> EN:42.9kcal ZS:3.6g TZS:2.3g SZH:1.5g CK:1.5g FH:1.1g SÓ:0.4g <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g <b>Zöldhagyma</b> EN:7.6kcal ZS:0.1g SZH:0.2g FH:0.4g	<b>Citromos tea</b> EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Csemege szalámi</b> EN:192.0kcal ZS:18.0g TZS:7.6g SZH:0.3g CK:0.2g FH:7.2g SÓ:1.2g <b>Margarin</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g FH:7.2g SÓ:1.0g <b>Zöldhagyma</b> EN:7.6kcal ZS:0.1g SZH:0.2g FH:0.4g	<b>Citromos tea</b> EN:8.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:2.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Zala felvágott</b> EN:96.0kcal ZS:8.0g TZS:3.2g SZH:0.8g CK:0.2g FH:5.2g SÓ:0.9g <b>Margarin</b> EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:148.8kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:31.1g CK:0.1g FH:4.1g SÓ:0.7g <b>Kígyóborka</b> EN:7.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.0g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g
<b>Napi összesítés</b>	EN: 1910.6 kcal; ZS: 64.3 g; TZS: 17.6 g; SZH: 264.5 g; CK: 67.1 g; FH: 60.9 g; SÓ: 5.6 g;	EN: 1573.8 kcal; ZS: 48.6 g; TZS: 24.5 g; SZH: 223.1 g; CK: 68.6 g; FH: 51.5 g; SÓ: 14.4 g;	EN: 2047.5 kcal; ZS: 94.4 g; TZS: 42.5 g; SZH: 206.0 g; CK: 56.2 g; FH: 91.5 g; SÓ: 11.1 g;	EN: 2176.1 kcal; ZS: 96.9 g; TZS: 34.3 g; SZH: 241.9 g; CK: 83.6 g; FH: 90.0 g; SÓ: 9.0 g;	EN: 2230.6 kcal; ZS: 95.5 g; TZS: 39.2 g; SZH: 302.8 g; CK: 35.8 g; FH: 84.3 g; SÓ: 8.0 g;	EN: 2045.1 kcal; ZS: 114.0 g; TZS: 34.5 g; SZH: 196.0 g; CK: 52.0 g; FH: 47.5 g; SÓ: 7.4 g;	EN: 1770.5 kcal; ZS: 69.4 g; TZS: 21.0 g; SZH: 227.7 g; CK: 67.3 g; FH: 54.0 g; SÓ: 5.4 g;

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.