

	Hétfő 06.08	Kedd 06.09	Szerda 06.10	Csütörtök 06.11	Péntek 06.12
Tízórai	Tej (7;) EN:110.0kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:11.8g FH:7.3g SÓ:0.3g Méz EN:45.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:12.4g CK:12.3g FH:0.0g SÓ:0.0g Margarin EN:27.0kcal ZS:3.0g TZS:0.9g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:233.1kcal ZS:1.3g TZS:0.3g SZH:45.5g CK:0.0g FH:8.4g SÓ:1.2g	Tej (7;) EN:110.0kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:11.8g FH:7.3g SÓ:0.3g Csokis gabonagyógyó (1;7;) EN:158.0kcal ZS:1.2g TZS:0.4g SZH:32.8g CK:12.8g FH:3.1g SÓ:0.2g	Gyümölcszöster (12;) EN:28.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Körözött (7;) EN:70.4kcal ZS:4.8g TZS:3.1g SZH:2.0g CK:1.0g FH:4.8g SÓ:0.4g Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:233.1kcal ZS:1.3g TZS:0.3g SZH:45.5g CK:0.0g FH:8.4g SÓ:1.2g	Tejeskávé (1;7;) EN:149.5kcal ZS:3.8g TZS:2.3g SZH:20.3g CK:19.0g FH:7.7g SÓ:0.3g Olasz felvágott EN:70.8kcal ZS:6.0g TZS:2.3g SZH:0.6g CK:0.0g FH:3.6g SÓ:0.7g Margarin EN:27.0kcal ZS:3.0g TZS:0.9g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g Kukoricás kenyér (1;) EN:191.8kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:39.9g CK:0.8g FH:5.5g SÓ:1.0g Paradicsom EN:11.5kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:0.0g FH:0.5g SÓ:0.0g	Limonádé EN:26.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.1g CK:5.8g FH:0.1g SÓ:0.0g Sajtkrém (7;) EN:78.7kcal ZS:6.6g TZS:4.3g SZH:2.8g CK:2.8g FH:2.1g SÓ:0.8g Burgonyás kenyér (1;) EN:181.3kcal ZS:0.5g TZS:0.3g SZH:37.8g CK:0.2g FH:5.4g SÓ:1.1g Kígyóuborka EN:6.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.5g SÓ:0.0g
Ebéd	Májgaluska leves (1;3;) EN:173.1kcal ZS:6.1g TZS:1.0g SZH:22.5g CK:2.8g FH:6.4g SÓ:3.0g Alföldi rizseshús EN:527.6kcal ZS:12.3g TZS:2.4g SZH:78.0g CK:1.2g FH:26.0g SÓ:1.4g	Minestrone leves (1;9;) EN:109.5kcal ZS:3.2g TZS:0.3g SZH:14.9g CK:1.3g FH:4.6g SÓ:1.0g Sajttal töltött panírozott halfilé (1;7;9;) EN:408.9kcal ZS:29.0g TZS:3.4g SZH:24.2g CK:2.9g FH:12.1g SÓ:1.4g Petrezselymes burgonya (12;) EN:250.5kcal ZS:2.0g TZS:0.7g SZH:46.2g CK:0.0g FH:6.4g SÓ:1.5g Müzli szelet (1;5;6;8;11;12;) EN:82.6kcal ZS:2.2g TZS:0.9g SZH:14.6g CK:7.0g FH:1.1g SÓ:0.0g	Reszelttészta leves (6;) EN:201.1kcal ZS:11.3g TZS:2.4g SZH:20.7g CK:3.5g FH:3.2g SÓ:2.0g Főtt tojás (3;) EN:73.3kcal ZS:4.4g TZS:1.4g SZH:0.3g CK:0.2g FH:5.0g SÓ:0.2g Lencsefőzelék (1;7;10;) EN:368.5kcal ZS:12.6g TZS:3.2g SZH:41.6g CK:4.7g FH:16.5g SÓ:1.9g Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1;) EN:78.6kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:15.3g CK:0.5g FH:2.5g SÓ:0.4g	Vegyes gyümölcsleves (1;7;) EN:140.1kcal ZS:0.6g TZS:0.3g SZH:30.6g CK:23.9g FH:2.2g SÓ:0.8g Lecsős sertésragu EN:267.8kcal ZS:22.4g TZS:5.8g SZH:3.2g CK:0.0g FH:13.2g SÓ:1.7g Tarhonya (1;) EN:343.0kcal ZS:7.9g TZS:1.1g SZH:57.6g CK:2.8g FH:9.8g SÓ:0.8g	Karalábé leves (1;9;12;) EN:54.1kcal ZS:1.5g TZS:0.2g SZH:8.8g CK:0.1g FH:1.9g SÓ:0.4g Házi fasírt golyó (1;3;) EN:261.1kcal ZS:13.9g TZS:2.6g SZH:14.7g CK:0.9g FH:17.8g SÓ:1.1g Paradicsomos káposzta (1;) EN:260.4kcal ZS:9.9g TZS:1.1g SZH:36.8g CK:17.2g FH:5.0g SÓ:0.7g Félbarna kenyér (1;) EN:74.4kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:15.6g CK:0.0g FH:2.0g SÓ:0.3g Banán EN:210.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:48.4g CK:30.0g FH:2.6g SÓ:0.0g
Uzsonna	Burgonyás pogácsa (1;3;7;) EN:156.5kcal ZS:5.5g TZS:2.6g SZH:23.0g CK:0.3g FH:3.8g SÓ:1.4g Körte EN:93.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:21.6g CK:2.7g FH:0.7g SÓ:0.0g	Csirkemell sonka EN:43.6kcal ZS:1.8g TZS:0.6g SZH:0.8g CK:0.2g FH:6.0g SÓ:0.9g Margarin EN:27.0kcal ZS:3.0g TZS:0.9g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g Teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:233.1kcal ZS:1.3g TZS:0.3g SZH:45.5g CK:0.0g FH:8.4g SÓ:1.2g Rágórépa EN:16.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:3.3g CK:0.0g FH:0.5g SÓ:0.0g	Edami sajt (7;) EN:126.4kcal ZS:9.4g TZS:6.4g SZH:0.8g CK:0.8g FH:10.4g SÓ:0.3g Margarin EN:27.0kcal ZS:3.0g TZS:0.9g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g Stangli (1;7;) EN:115.6kcal ZS:0.9g TZS:0.4g SZH:22.9g CK:1.1g FH:3.5g SÓ:0.4g TV paprika EN:15.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:0.0g FH:0.7g SÓ:0.0g	Natúr vajkrém (7;) EN:139.2kcal ZS:14.0g TZS:9.1g SZH:2.4g CK:0.9g FH:1.0g SÓ:0.4g Teljeskiőrlésű zsemle (1;) EN:117.5kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:23.5g CK:0.1g FH:4.2g SÓ:0.7g	Teljes kiőrlésű Kakaós csiga (1;3;7;) EN:219.5kcal ZS:10.0g TZS:6.2g SZH:27.5g CK:11.3g FH:3.5g SÓ:0.3g Poharas tej (7;) EN:92.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:6.6g SÓ:0.2g

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-Rákkfélek; 3-Tojás; 4-Halal; 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. * - édesítőszer tartalmaz.