



	Hétfő 06.08	Kedd 06.09	Szerda 06.10	Csütörtök 06.11	Péntek 06.12	Szombat 06.13	Vasárnap 06.14
<b>Ebéd A</b>	<b>Csontleves</b> EN:53.3kcal ZS:0.8g TZS:0.2g SZH:8.9g CK:3.8g FH:2.3g SÓ:2.1g  <b>Levesbetét tészta (1;)</b> EN:37.5kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:7.4g CK:0.3g FH:1.3g SÓ:0.4g  <b>Sertés pörkölt</b> EN:238.9kcal ZS:13.3g TZS:2.8g SZH:6.1g CK:0.0g FH:22.0g SÓ:2.5g  <b>Tört burgonya 1/2 (12;)</b> EN:203.4kcal ZS:4.2g TZS:0.4g SZH:33.1g CK:0.0g FH:4.5g SÓ:1.4g  <b>Párolt káposzta 1/2</b> EN:111.8kcal ZS:5.8g TZS:0.6g SZH:12.4g CK:5.0g FH:2.1g SÓ:1.3g	<b>Zöldséges lebbencsleves (1;)</b> EN:151.1kcal ZS:8.8g TZS:1.0g SZH:14.6g CK:1.3g FH:2.9g SÓ:0.8g  <b>Egyben sertésvagdalt (1;3;)</b> EN:266.6kcal ZS:15.0g TZS:5.2g SZH:16.8g CK:0.1g FH:15.7g SÓ:1.5g  <b>Paradicsomos káposzta (1;)</b> EN:338.8kcal ZS:6.6g TZS:0.7g SZH:61.6g CK:33.0g FH:6.7g SÓ:0.7g  <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g  <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>Meggyleves (1;7;)</b> EN:234.7kcal ZS:2.6g TZS:2.1g SZH:49.5g CK:39.7g FH:2.7g SÓ:0.7g  <b>Borsos sertés tokány (1;)</b> EN:423.3kcal ZS:34.6g TZS:7.7g SZH:11.7g CK:0.0g FH:16.1g SÓ:1.8g  <b>Párolt rizs köret</b> EN:451.9kcal ZS:5.7g TZS:0.7g SZH:88.4g CK:0.0g FH:9.4g SÓ:1.4g  <b>Uborkasaláta</b> EN:46.9kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:5.5g FH:2.1g SÓ:1.3g  <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>Zellerkrémleves (1;7;9;)</b> EN:261.2kcal ZS:20.2g TZS:4.0g SZH:15.1g CK:1.9g FH:3.2g SÓ:1.8g  <b>Pírított tészta (1;)</b> EN:35.1kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:7.2g CK:0.4g FH:1.2g SÓ:0.4g  <b>Lecsós csirkeragu</b> EN:206.1kcal ZS:11.6g TZS:1.8g SZH:4.0g CK:0.0g FH:19.8g SÓ:0.5g  <b>Tarhonya (1;)</b> EN:426.7kcal ZS:10.1g TZS:1.2g SZH:71.7g CK:3.5g FH:12.5g SÓ:1.5g	<b>Daragaluskaleves (1;3;)</b> EN:253.2kcal ZS:18.7g TZS:2.0g SZH:19.1g CK:4.0g FH:3.7g SÓ:0.1g  <b>Sült csirkemell</b> EN:139.2kcal ZS:5.4g TZS:1.2g SZH:0.1g CK:0.0g FH:21.2g SÓ:0.8g  <b>Sárgaborsófőzelék (1;)</b> EN:581.0kcal ZS:26.5g TZS:6.2g SZH:60.9g CK:4.6g FH:22.9g SÓ:0.8g  <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g  <b>Körte</b> EN:130.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:3.8g FH:1.0g SÓ:0.0g	<b>Kolbászos gyöngybableves (1;9;)</b> EN:566.7kcal ZS:25.8g TZS:7.2g SZH:55.9g CK:5.7g FH:26.5g SÓ:3.3g  <b>Gránátos kocka (1;12;)</b> EN:926.5kcal ZS:21.0g TZS:2.5g SZH:152.4g CK:6.8g FH:27.0g SÓ:2.2g  <b>Csemege uborka * (10;12;)</b> EN:11.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:0.4g FH:0.8g SÓ:1.8g  <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>Francia hagymaleves (7;)</b> EN:197.3kcal ZS:15.3g TZS:4.3g SZH:12.1g CK:1.1g FH:2.4g SÓ:1.1g  <b>Rakott karfiol (sertéshússal) (7;)</b> EN:441.1kcal ZS:26.9g TZS:8.6g SZH:28.0g CK:1.4g FH:21.2g SÓ:0.3g  <b>Kókusz golyó (1;3;7;12;)</b> EN:291.3kcal ZS:15.7g TZS:11.5g SZH:26.7g CK:8.0g FH:6.7g SÓ:0.4g
<b>Ebéd B</b>	<b>Csontleves</b> EN:53.3kcal ZS:0.8g TZS:0.2g SZH:8.9g CK:3.8g FH:2.3g SÓ:2.1g  <b>Levesbetét tészta (1;)</b> EN:37.5kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:7.4g CK:0.3g FH:1.3g SÓ:0.4g  <b>Sült csirkecomb</b> EN:607.5kcal ZS:42.5g TZS:13.9g SZH:0.1g CK:0.0g FH:51.9g SÓ:2.2g  <b>Karottás kuskusz (1;)</b> EN:386.7kcal ZS:9.1g TZS:1.1g SZH:63.5g CK:2.1g FH:11.0g SÓ:1.7g  <b>Mongol saláta * (10;)</b> EN:29.4kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:3.6g CK:2.1g FH:2.6g SÓ:1.1g	<b>Zöldséges lebbencsleves (1;)</b> EN:151.1kcal ZS:8.8g TZS:1.0g SZH:14.6g CK:1.3g FH:2.9g SÓ:0.8g  <b>Fokhagymás sertésapró</b> EN:339.1kcal ZS:25.9g TZS:8.1g SZH:5.9g CK:0.0g FH:20.8g SÓ:0.9g  <b>Brokkolifőzelék (1;7;12;)</b> EN:313.2kcal ZS:17.0g TZS:4.6g SZH:34.6g CK:11.2g FH:7.0g SÓ:1.7g  <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g  <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>Meggyleves (1;7;)</b> EN:234.7kcal ZS:2.6g TZS:2.1g SZH:49.5g CK:39.7g FH:2.7g SÓ:0.7g  <b>Zöldfűszeres csirkeapró</b> EN:196.1kcal ZS:7.2g TZS:2.5g SZH:2.7g CK:0.0g FH:29.2g SÓ:1.6g  <b>Főtt burgonya 1/2 (12;)</b> EN:150.4kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:29.4g CK:0.0g FH:4.0g SÓ:1.4g  <b>Párolt zöldségköret fél adag</b> EN:148.6kcal ZS:3.7g TZS:0.4g SZH:23.8g CK:7.0g FH:5.3g 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>Zellerkrémleves (1;7;9;)</b> EN:261.2kcal ZS:20.2g TZS:4.0g SZH:15.1g CK:1.9g FH:3.2g SÓ:1.8g  <b>Pírított tészta (1;)</b> EN:35.1kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:7.2g CK:0.4g FH:1.2g SÓ:0.4g  <b>Rántott csirkemell (1;3;)</b> EN:810.8kcal ZS:51.8g TZS:6.9g SZH:44.4g CK:0.3g FH:39.1g SÓ:2.2g  <b>Párolt rizs köret</b> EN:451.9kcal ZS:5.7g TZS:0.7g SZH:88.4g CK:0.0g FH:9.4g SÓ:1.4g  <b>Csalamádé * (10;12;)</b> EN:18.0kcal ZS:0.1g SZH:2.4g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:2.0g	<b>Daragaluskaleves (1;3;)</b> EN:253.2kcal ZS:18.7g TZS:2.0g SZH:19.1g CK:4.0g FH:3.7g SÓ:0.1g  <b>Főtt virsli P</b> EN:212.0kcal ZS:17.0g TZS:7.7g SZH:2.8g FH:12.0g SÓ:2.1g  <b>Kelkáposzta főzelék (1;12;)</b> EN:189.1kcal ZS:5.6g TZS:0.6g SZH:26.6g CK:0.0g FH:6.4g SÓ:0.8g  <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:248.0kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:51.9g CK:0.2g FH:6.8g SÓ:1.1g  <b>Körte</b> EN:130.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:3.8g FH:1.0g SÓ:0.0g	<b>Kolbászos gyöngybableves (1;9;)</b> EN:566.7kcal ZS:25.8g TZS:7.2g SZH:55.9g CK:5.7g FH:26.5g SÓ:3.3g  <b>Mák szórat</b> EN:239.0kcal ZS:11.4g TZS:1.5g SZH:27.2g CK:20.3g FH:6.3g SÓ:0.0g  <b>Metélt tészta (1;)</b> EN:476.6kcal ZS:11.4g TZS:1.8g SZH:77.7g CK:2.9g FH:13.7g SÓ:1.0g  <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>Francia hagymaleves (7;)</b> EN:197.3kcal ZS:15.3g TZS:4.3g SZH:12.1g CK:1.1g FH:2.4g SÓ:1.1g  <b>Csirkehúsos lasagne (1;7;9;)</b> EN:614.6kcal ZS:22.7g TZS:8.0g SZH:67.1g CK:9.5g FH:33.0g SÓ:1.4g  <b>Kókusz golyó (1;3;7;12;)</b> EN:291.3kcal ZS:15.7g TZS:11.5g SZH:26.7g CK:8.0g FH:6.7g SÓ:0.4g
<b>Napi összesítés</b>	EN: 1759.4 kcal; ZS: 77.1 g; TZS: 19.5 g; SZH: 151.4 g; CK: 17.4 g; FH: 101.3 g; SÓ: 15.0 g;	EN: 2439.4 kcal; ZS: 101.1 g; TZS: 32.0 g; SZH: 304.2 g; CK: 81.3 g; FH: 74.2 g; SÓ: 9.1 g;	EN: 2033.6 kcal; ZS: 57.8 g; TZS: 15.4 g; SZH: 298.2 g; CK: 115.6 g; FH: 72.7 g; SÓ: 9.7 g;	EN: 2505.9 kcal; ZS: 120.0 g; TZS: 18.7 g; SZH: 255.5 g; CK: 9.4 g; FH: 90.3 g; SÓ: 12.0 g;	EN: 2383.6 kcal; ZS: 93.8 g; TZS: 20.5 g; SZH: 292.3 g; CK: 20.4 g; FH: 85.5 g; SÓ: 7.0 g;	EN: 2927.2 kcal; ZS: 97.2 g; TZS: 20.1 g; SZH: 399.0 g; CK: 57.7 g; FH: 102.4 g; SÓ: 11.7 g;	EN: 2032.9 kcal; ZS: 111.7 g; TZS: 48.2 g; SZH: 172.5 g; CK: 28.9 g; FH: 72.4 g; SÓ: 4.7 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-Szezámmag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.