

	Hétfő 06.15	Kedd 06.16	Szerda 06.17	Csütörtök 06.18	Péntek 06.19
<b>Tízórai</b>	<b>Citromos tea</b> EN:28.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:7.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Zöldfűszeres túrókrém (7;)</b> EN:43.4kcal ZS:2.7g TZS:1.9g SZH:1.1g CK:1.1g FH:3.2g SÓ:0.7g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:173.6kcal ZS:0.7g TZS:0.1g SZH:37.1g CK:0.3g FH:4.8g SÓ:1.1g <b>TV paprika</b> EN:12.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.9g CK:0.0g FH:0.6g SÓ:0.0g	<b>Kakaó (7;)</b> EN:160.3kcal ZS:4.2g TZS:2.5g SZH:21.8g CK:21.5g FH:7.9g SÓ:0.3g <b>Foszlós kalács (1;3;6;7;13;)</b> EN:208.3kcal ZS:5.2g TZS:2.1g SZH:36.4g CK:5.9g FH:5.8g 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>Tej (7;)</b> EN:110.0kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:11.8g FH:7.3g SÓ:0.3g <b>Barack extradzsem</b> EN:72.9kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:17.4g CK:15.3g FH:0.2g SÓ:0.0g <b>Teavaj (7;)</b> EN:72.3kcal ZS:8.0g TZS:5.7g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Fehér kenyér (1;)</b> EN:168.0kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:33.5g CK:0.1g FH:6.0g SÓ:0.9g	<b>Tej (7;)</b> EN:110.0kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:11.8g FH:7.3g SÓ:0.3g <b>Házi csirkemájkrém napraforgómaggal (7;)</b> EN:86.4kcal ZS:6.4g TZS:1.6g SZH:2.5g CK:0.5g FH:4.0g SÓ:1.6g <b>Teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:233.1kcal ZS:1.3g TZS:0.3g SZH:45.5g CK:0.0g FH:8.4g SÓ:1.2g	<b>Limonádé</b> EN:26.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.1g CK:5.8g FH:0.1g SÓ:0.0g <b>Céklás fehérbabkrém</b> EN:28.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:5.1g CK:0.5g FH:1.8g SÓ:0.4g <b>Teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:233.1kcal ZS:1.3g TZS:0.3g SZH:45.5g CK:0.0g FH:8.4g SÓ:1.2g <b>Kápia paprika</b> EN:9.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:1.4g CK:0.7g FH:0.4g SÓ:0.0g
<b>Ebéd A</b>	<b>Húsos zöldborsóleves (1;3;)</b> EN:226.4kcal ZS:14.6g TZS:2.8g SZH:13.4g CK:0.4g FH:9.0g SÓ:1.2g <b>Gyümölcsös tejberizs (7;)</b> EN:485.4kcal ZS:17.3g TZS:8.9g SZH:71.4g CK:34.5g FH:11.8g SÓ:0.9g <b>Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1;)</b> EN:78.6kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:15.3g CK:0.5g FH:2.5g SÓ:0.4g	<b>Sárgaborsó krémleves (1;)</b> EN:125.9kcal ZS:2.8g TZS:0.3g SZH:18.3g CK:1.3g FH:6.2g SÓ:1.7g <b>Pirított tökmag</b> EN:54.1kcal ZS:4.6g TZS:0.9g SZH:1.8g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.0g <b>Zöldséges bulgur sertéshússal (1;)</b> EN:369.5kcal ZS:7.9g TZS:1.5g SZH:50.2g CK:7.5g FH:22.9g SÓ:1.2g	<b>Daragaluska leves (1;3;)</b> EN:134.2kcal ZS:8.1g TZS:0.6g SZH:12.6g CK:2.4g FH:2.3g SÓ:1.0g <b>Fűszeres sertésfalatok</b> EN:111.2kcal ZS:4.1g TZS:1.4g SZH:1.9g CK:0.0g FH:15.7g SÓ:1.2g <b>Paradicsomos burgonyafőzelék (1;12;)</b> EN:280.1kcal ZS:5.7g TZS:0.6g SZH:47.0g CK:8.8g FH:6.2g SÓ:3.5g <b>Teljes kiőrlésű 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>Zöldséges tarhonyaleves (1;12;)</b> EN:98.0kcal ZS:4.8g TZS:0.5g SZH:11.3g CK:1.6g FH:1.8g SÓ:0.5g <b>Főtt virsli</b> EN:116.6kcal ZS:9.4g TZS:4.2g SZH:1.5g FH:6.6g SÓ:1.2g <b>Petrezselymes zöldborsófőzelék (1;7;)</b> EN:287.8kcal ZS:8.7g TZS:1.8g SZH:33.2g CK:9.0g FH:14.9g SÓ:1.7g <b>Félbarna kenyér (1;)</b> EN:74.4kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:15.6g CK:0.0g FH:2.0g SÓ:0.3g	<b>Gyümölcslé</b> EN:92.0kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:19.6g CK:17.8g FH:0.8g SÓ:0.0g <b>Bolognai spagetti sertés (1;)</b> EN:317.4kcal ZS:8.7g TZS:1.8g SZH:40.1g CK:5.4g FH:18.9g SÓ:1.3g <b>Reszelt sajt (7;)</b> EN:69.4kcal ZS:5.4g TZS:3.4g SZH:0.4g CK:0.4g FH:5.2g SÓ:0.3g <b>Banán</b> EN:157.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:36.3g CK:22.5g FH:2.0g SÓ:0.0g
<b>Ebéd B</b>	<b>Húsos zöldborsóleves (1;3;)</b> EN:226.4kcal ZS:14.6g TZS:2.8g SZH:13.4g CK:0.4g FH:9.0g SÓ:1.2g <b>Gofri (1;3;5;7;8;)</b> EN:330.6kcal ZS:21.5g TZS:5.3g SZH:30.0g CK:15.6g FH:5.0g SÓ:0.4g <b>Erdei gyümölcs öntet (7;)</b> EN:145.9kcal ZS:2.0g TZS:1.1g SZH:26.4g CK:23.8g FH:4.2g SÓ:0.1g <b>Teljeskiőrlésű rozsos kenyér (1;)</b> EN:78.6kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:15.3g CK:0.5g FH:2.5g SÓ:0.4g	<b>Sárgaborsó krémleves (1;)</b> EN:125.9kcal ZS:2.8g TZS:0.3g SZH:18.3g CK:1.3g FH:6.2g SÓ:1.7g <b>Pirított tökmag</b> EN:54.1kcal ZS:4.6g TZS:0.9g SZH:1.8g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.0g <b>Mexikói rizses egytál</b> EN:399.0kcal ZS:6.8g TZS:1.6g SZH:63.7g CK:0.0g FH:20.9g SÓ:0.1g	<b>Daragaluska leves (1;3;)</b> EN:134.2kcal ZS:8.1g TZS:0.6g SZH:12.6g CK:2.4g FH:2.3g SÓ:1.0g <b>Cukkínis szárnyas vagdalt (1;3;)</b> EN:227.8kcal ZS:7.3g TZS:1.4g SZH:23.3g CK:0.6g FH:16.1g SÓ:0.5g <b>Zöldbabfőzelék (1;7;)</b> EN:230.3kcal ZS:12.0g TZS:4.1g SZH:23.8g CK:10.3g FH:5.3g SÓ:1.0g <b>Teljes kiőrlésű 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>Zöldséges tarhonyaleves (1;12;)</b> EN:98.0kcal ZS:4.8g TZS:0.5g SZH:11.3g CK:1.6g FH:1.8g SÓ:0.5g <b>Rakott karfiol (7;)</b> EN:473.9kcal ZS:31.8g TZS:12.9g SZH:20.6g CK:2.2g FH:26.3g SÓ:0.7g	<b>Gyümölcslé</b> EN:92.0kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:19.6g CK:17.8g FH:0.8g SÓ:0.0g <b>Krémsajt-thonhalas fussili (1;4;7;)</b> EN:474.3kcal ZS:16.6g TZS:5.0g SZH:53.4g CK:3.8g FH:27.3g SÓ:1.7g <b>Banán</b> EN:157.5kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:36.3g CK:22.5g FH:2.0g SÓ:0.0g
<b>Uzsonna</b>	<b>Álomsonka</b> EN:29.6kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:1.1g CK:0.1g FH:5.0g 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>Teljeskiőrlésű zsemle (1;)</b> EN:117.5kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:23.5g CK:0.1g FH:4.2g SÓ:0.7g	<b>Kockasajt (7;)</b> EN:141.0kcal ZS:11.1g TZS:7.5g SZH:3.6g CK:2.8g FH:6.6g SÓ:1.0g <b>Teljeskiőrlésű kifli (1;6;)</b> EN:125.7kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:25.5g CK:0.6g FH:4.8g SÓ:0.6g <b>Paradicsom</b> EN:9.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.6g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	<b>Zöldfűszeres vajkrém (7;)</b> EN:64.8kcal ZS:6.0g TZS:3.9g SZH:1.2g CK:0.8g FH:1.5g SÓ:0.3g <b>Teljeskiőrlésű stangli (1;)</b> EN:126.5kcal ZS:0.9g TZS:0.3g SZH:23.9g CK:0.1g FH:4.2g SÓ:0.6g <b>Kígyóborka</b> EN:4.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.7g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	<b>Főtt tojás (3;)</b> EN:73.3kcal ZS:4.4g TZS:1.4g SZH:0.3g CK:0.2g FH:5.0g SÓ:0.4g <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>Császárszemle (1;6;)</b> EN:138.8kcal ZS:1.6g TZS:0.0g SZH:26.8g CK:0.5g FH:4.3g SÓ:0.6g <b>Sörretek</b> EN:8.0kcal ZS:0.1g SZH:1.7g FH:0.3g	<b>Almás párna (1;3;7;)</b> EN:218.4kcal ZS:9.5g TZS:4.3g SZH:28.8g CK:9.1g FH:3.6g SÓ:0.4g <b>Poharas tej (7;)</b> 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(nehézsúly: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákkéfélek; 3-Tojás; 4-Halak; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfidok; 13-Csilagfürt; 14-Puhatestűek. \* - édesítésszármazékot tartalmaz.