

	Hétfő 06.01	Kedd 06.02	Szerda 06.03	Csütörtök 06.04	Péntek 06.05
<b>Ebéd</b>	<b>Zöldségleves (tészta 0) *</b> EN:53.9kcal ZS:3.0g TZS:0.3g SZH:5.4g CK:3.3g FH:0.8g SÓ:1.1g <b>Natúr sertésszelet (1;)</b> EN:255.2kcal ZS:15.5g TZS:4.3g SZH:3.5g CK:0.0g FH:25.7g SÓ:1.7g <b>Párolt brokkoli* fél adag</b> EN:48.2kcal ZS:2.7g TZS:0.3g SZH:5.0g CK:1.4g FH:3.0g SÓ:1.5g <b>Fokhagymás öntet /05 (7;10;)</b> EN:45.7kcal ZS:3.1g TZS:2.0g SZH:3.4g CK:2.9g FH:0.6g SÓ:0.5g	<b>Sertésragu leves (tészta 0) (9;)</b> EN:318.3kcal ZS:24.8g TZS:7.5g SZH:4.5g CK:2.9g FH:18.7g SÓ:0.3g <b>Natúr sertésszelet (1;)</b> EN:255.2kcal ZS:15.5g TZS:4.3g SZH:3.5g CK:0.0g FH:25.7g SÓ:1.7g <b>Diab. párolt káposzta/F /05</b> EN:85.1kcal ZS:2.7g TZS:0.3g SZH:11.4g CK:0.0g FH:3.2g SÓ:0.9g	<b>Zöldségleves (tészta 0) *</b> EN:53.9kcal ZS:3.0g TZS:0.3g SZH:5.4g CK:3.3g FH:0.8g SÓ:1.1g <b>Rakott karfiol (rizs 0) * (1;3;7;)</b> EN:445.0kcal ZS:30.2g TZS:8.7g SZH:11.7g CK:7.2g FH:29.2g SÓ:1.8g	<b>Gyümölcsivólé( 1/1) 0.30 L</b> EN:135.0kcal ZS:1.5g TZS:0.3g SZH:28.2g CK:28.2g FH:2.1g SÓ:0.0g <b>Grill csirke /comb egész/ Alk</b> EN:387.5kcal ZS:27.8g TZS:8.6g SZH:0.3g CK:0.0g FH:31.2g SÓ:2.0g <b>Petr. burg. (150 g)</b> EN:229.8kcal ZS:5.0g TZS:0.5g SZH:36.9g CK:0.0g FH:5.0g SÓ:1.5g <b>Csemege uborka</b> EN:7.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:1.1g FH:0.4g SÓ:0.9g	<b>Zöldségleves (tészta 0) *</b> EN:53.9kcal ZS:3.0g TZS:0.3g SZH:5.4g CK:3.3g FH:0.8g SÓ:1.1g <b>Grill csirke /comb egész/ Alk</b> EN:387.5kcal ZS:27.8g TZS:8.6g SZH:0.3g CK:0.0g FH:31.2g SÓ:2.0g <b>Diab. tökfőzelék * /05 (1;7;)</b> EN:122.9kcal ZS:4.9g TZS:1.9g SZH:16.1g CK:1.0g FH:3.0g SÓ:0.8g
<b>Napi összesítés</b>	EN: 403.0 kcal; ZS: 24.2 g; TZS: 6.9 g; SZH: 17.3 g; CK: 7.6 g; FH: 30.1 g; SÓ: 4.8 g;	EN: 658.6 kcal; ZS: 43.0 g; TZS: 12.1 g; SZH: 19.4 g; CK: 2.9 g; FH: 47.7 g; SÓ: 2.9 g;	EN: 498.9 kcal; ZS: 33.2 g; TZS: 9.0 g; SZH: 17.1 g; CK: 10.6 g; FH: 30.0 g; SÓ: 2.9 g;	EN: 760.0 kcal; ZS: 34.4 g; TZS: 9.4 g; SZH: 66.8 g; CK: 29.3 g; FH: 38.7 g; SÓ: 4.4 g;	EN: 564.3 kcal; ZS: 35.8 g; TZS: 10.9 g; SZH: 21.8 g; CK: 4.3 g; FH: 35.1 g; SÓ: 3.8 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-Halak; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitek; 13-Csillagfűrt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszeret tartalmaz.

	Hétfő 06.01	Kedd 06.02	Szerda 06.03	Csütörtök 06.04	Péntek 06.05
<b>Ebéd</b>	<b>Csontleves(diéta)(betettel) * (1;3;)</b> EN:172.3kcal ZS:6.8g TZS:1.4g SZH:19.7g CK:4.1g FH:6.8g SÓ:1.6g <b>Vagdalt (diétás) (1;3;6;)</b> EN:366.9kcal ZS:26.1g TZS:6.8g SZH:15.3g CK:0.4g FH:17.5g SÓ:2.0g <b>Zöldbab főz.püre (diéta) * (1;7;)</b> EN:312.2kcal ZS:15.4g TZS:7.3g SZH:32.7g CK:8.6g FH:8.1g SÓ:1.5g <b>Kenyér 0.05 KG (1;6;)</b> EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g <b>Babapiskóta 0.03 KG (1;3;)</b> EN:122.4kcal ZS:1.3g SZH:25.0g CK:11.2g FH:2.8g	<b>Sertésragu leves* (1;3;)</b> EN:187.7kcal ZS:5.5g TZS:1.8g SZH:12.2g CK:3.4g FH:20.6g SÓ:1.7g <b>Darafelfújt (1;3;7;)</b> EN:629.0kcal ZS:18.3g TZS:7.8g SZH:97.0g CK:38.6g FH:17.7g SÓ:0.3g <b>Fahéjas szórat</b> EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Kenyér 0.05 KG (1;6;)</b> EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	<b>Köménymaglevés (1;)</b> EN:123.3kcal ZS:5.8g TZS:0.9g SZH:14.1g CK:0.0g FH:3.1g SÓ:1.5g <b>Pírított kenyér (1;6;)</b> EN:48.2kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:9.6g CK:0.3g FH:1.7g SÓ:0.3g <b>Vagdalt (diétás) (1;3;6;)</b> EN:366.9kcal ZS:26.1g TZS:6.8g SZH:15.3g CK:0.4g FH:17.5g SÓ:2.0g <b>Sárgarépa főzelék * (1;7;)</b> EN:216.9kcal ZS:7.1g TZS:1.7g SZH:31.2g CK:15.1g FH:4.4g SÓ:1.9g <b>Kenyér 0.05 KG (1;6;)</b> EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g <b>Nápolyi 0.05 KG (1;6;)</b> EN:255.5kcal ZS:14.4g TZS:5.3g SZH:27.8g CK:11.9g FH:3.0g SÓ:0.2g <b>Vaniliás krémtúró 1.00 DB. (7;)</b> EN:144.0kcal ZS:4.4g TZS:2.8g SZH:18.0g CK:13.5g FH:7.7g SÓ:0.1g	<b>Almaleves/B (1;7;)</b> EN:258.8kcal ZS:5.4g TZS:3.4g SZH:46.9g CK:34.3g FH:2.4g SÓ:1.0g <b>Grill csirke /comb egész/ Alk</b> EN:387.5kcal ZS:27.8g TZS:8.6g SZH:0.3g CK:0.0g FH:31.2g SÓ:2.0g <b>Petr. burg. (280 g)</b> EN:369.4kcal ZS:9.8g TZS:1.0g SZH:56.3g CK:0.0g FH:7.7g SÓ:1.5g <b>Őszibarack bef.felezett 0.08 KG</b> EN:43.2kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:11.6g CK:10.6g FH:0.4g <b>Kenyér 0.05 KG (1;6;)</b> EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	<b>Daragaluska leves(diéta) * (1;3;)</b> EN:202.9kcal ZS:5.9g TZS:0.9g SZH:29.3g CK:4.4g FH:7.0g SÓ:1.6g <b>Vagdalt (diétás) (1;3;6;)</b> EN:366.9kcal ZS:26.1g TZS:6.8g SZH:15.3g CK:0.4g FH:17.5g SÓ:2.0g <b>Tökfőzelék* (1;7;)</b> EN:314.2kcal ZS:15.0g TZS:7.3g SZH:37.2g CK:7.3g FH:5.9g SÓ:1.5g <b>Kenyér 0.05 KG (1;6;)</b> EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g
<b>Napi összesítés</b>	EN: 1094.3 kcal; ZS: 50.0 g; TZS: 15.6 g; SZH: 116.6 g; CK: 25.1 g; FH: 39.4 g; SÓ: 5.9 g;	EN: 978.2 kcal; ZS: 24.3 g; TZS: 9.7 g; SZH: 143.3 g; CK: 52.9 g; FH: 42.5 g; SÓ: 2.8 g;	EN: 1275.2 kcal; ZS: 58.5 g; TZS: 17.6 g; SZH: 139.9 g; CK: 41.9 g; FH: 41.6 g; SÓ: 6.6 g;	EN: 1179.4 kcal; ZS: 43.6 g; TZS: 13.1 g; SZH: 139.1 g; CK: 45.7 g; FH: 46.0 g; SÓ: 5.2 g;	EN: 1004.5 kcal; ZS: 47.6 g; TZS: 15.2 g; SZH: 105.7 g; CK: 12.9 g; FH: 34.7 g; SÓ: 5.9 g;

	Hétfő 06.01	Kedd 06.02	Szerda 06.03	Csütörtök 06.04	Péntek 06.05
<b>Ebéd</b>	<b>Só 0 csontleves(diéta)* -Bet- (1;3;)</b> EN:122.5kcal ZS:3.7g TZS:0.5g SZH:18.3g CK:3.0g FH:3.3g SÓ:0.1g <b>Só 0 grill csirkecomb egész</b> EN:385.3kcal ZS:27.8g TZS:8.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:31.1g SÓ:0.5g <b>Só 0 zöldbab főzelék * (1;7;)</b> EN:206.3kcal ZS:8.4g TZS:2.6g SZH:22.9g CK:4.8g FH:7.4g SÓ:0.0g <b>Kenyér 0.05 KG (1;6;)</b> EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g <b>Vaniliás krémtúró 1.00 DB. (7;)</b> EN:144.0kcal ZS:4.4g TZS:2.8g SZH:18.0g CK:13.5g FH:7.7g SÓ:0.1g	<b>Só 0 sertésragu leves (1;3;9;)</b> EN:387.1kcal ZS:25.5g TZS:7.7g SZH:17.3g CK:2.3g FH:21.2g SÓ:0.3g <b>Darafelfújt (1;3;7;)</b> EN:629.0kcal ZS:18.3g TZS:7.8g SZH:97.0g CK:38.6g FH:17.7g SÓ:0.3g <b>Fahéjas szórat</b> EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g <b>Kenyér 0.05 KG (1;6;)</b> EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	<b>Só 0 csurg. tojásleves (1;3;)</b> EN:117.3kcal ZS:6.7g TZS:1.0g SZH:11.1g CK:0.0g FH:2.7g SÓ:0.0g <b>Só 0 grill csirkecomb egész</b> EN:385.3kcal ZS:27.8g TZS:8.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:31.1g SÓ:0.5g <b>Só 0 sárgarépa főzelék * (1;7;)</b> EN:228.9kcal ZS:7.5g TZS:1.7g SZH:32.1g CK:15.4g FH:4.7g SÓ:0.5g <b>Kenyér 0.05 KG (1;6;)</b> EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	<b>Só 0 erdei gyümölcsleves* (1;7;)</b> EN:216.8kcal ZS:4.9g TZS:3.1g SZH:36.9g CK:29.9g FH:2.7g SÓ:0.0g <b>Só 0 grill csirkecomb egész</b> EN:385.3kcal ZS:27.8g TZS:8.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:31.1g SÓ:0.5g <b>Só 0 petr. burgonya (250 g)</b> EN:369.4kcal ZS:9.8g TZS:1.0g SZH:56.3g CK:0.0g FH:7.7g SÓ:0.0g <b>Őszibarack bef.felezett 0.08 KG</b> EN:43.2kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:11.6g CK:10.6g FH:0.4g <b>Kenyér 0.05 KG (1;6;)</b> EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g	<b>Só 0 húsgaluska lev.* (1;3;)</b> EN:323.9kcal ZS:19.5g TZS:6.1g SZH:18.6g CK:2.8g FH:17.5g SÓ:0.2g <b>Só 0 grill csirkemell (filé) (10 dkg)</b> EN:279.8kcal ZS:21.0g TZS:2.9g FH:21.2g SÓ:0.1g <b>Só 0 tökfőzelék/* (1;7;)</b> EN:214.8kcal ZS:9.8g TZS:3.8g SZH:25.6g CK:1.9g FH:5.2g SÓ:0.1g <b>Kenyér 0.05 KG (1;6;)</b> EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g
<b>Napi összesítés</b>	EN: 978.5 kcal; ZS: 44.8 g; TZS: 14.6 g; SZH: 83.2 g; CK: 22.1 g; FH: 53.8 g; SÓ: 1.4 g;	EN: 1177.6 kcal; ZS: 44.3 g; TZS: 15.6 g; SZH: 148.4 g; CK: 51.7 g; FH: 43.2 g; SÓ: 1.4 g;	EN: 851.9 kcal; ZS: 42.5 g; TZS: 11.4 g; SZH: 67.2 g; CK: 16.2 g; FH: 42.9 g; SÓ: 1.8 g;	EN: 1135.2 kcal; ZS: 43.1 g; TZS: 12.8 g; SZH: 128.8 g; CK: 41.3 g; FH: 46.2 g; SÓ: 1.3 g;	EN: 938.9 kcal; ZS: 50.8 g; TZS: 12.9 g; SZH: 68.2 g; CK: 5.5 g; FH: 48.3 g; SÓ: 1.1 g;

	Hétfő 06.01	Kedd 06.02	Szerda 06.03	Csütörtök 06.04	Péntek 06.05
<b>Gluténmentes</b>	<p><b>G.G. zöldségleves*</b> EN:130.8kcal ZS:5.1g TZS:0.5g SZH:17.9g CK:6.7g FH:2.1g SÓ:1.7g</p> <p><b>G.G. temesvári sertés ragu (7;)</b> EN:542.1kcal ZS:43.6g TZS:19.5g SZH:13.6g CK:3.0g FH:22.8g SÓ:2.5g</p> <p><b>Párolt rizsköret</b> EN:387.5kcal ZS:4.9g TZS:0.6g SZH:77.5g FH:9.3g SÓ:1.5g</p> <p><b>G.G. kenyér /házi/ 50 g</b> EN:139.7kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:32.9g CK:2.7g FH:1.3g SÓ:1.2g</p> <p><b>Alma /F 0.10 KG</b> EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>	<p><b>G.G. sertésragu leves*</b> EN:225.0kcal ZS:9.2g TZS:2.0g SZH:15.9g CK:2.9g FH:17.9g SÓ:1.7g</p> <p><b>G.G. kölesfelfűjt (3;7;)</b> EN:573.4kcal ZS:19.7g TZS:8.6g SZH:80.8g CK:47.8g FH:16.6g SÓ:1.4g</p> <p><b>Őszibarack bef.felezett 0.08 KG</b> EN:43.2kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:11.6g CK:10.6g FH:0.4g</p> <p><b>G.G. kenyér /házi/ 50 g</b> EN:139.7kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:32.9g CK:2.7g FH:1.3g SÓ:1.2g</p> <p><b>Alma /F 0.10 KG</b> EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>	<p><b>G.G. burgonyaleves/zölds. -Bet-</b> EN:189.5kcal ZS:5.8g TZS:0.6g SZH:29.0g CK:1.8g FH:3.0g SÓ:1.7g</p> <p><b>G.G. rakott karfiol* (3;7;)</b> EN:610.8kcal ZS:37.5g TZS:13.9g SZH:35.4g CK:7.7g FH:30.7g SÓ:2.3g</p> <p><b>G.G. kenyér /házi/ 50 g</b> EN:139.7kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:32.9g CK:2.7g FH:1.3g SÓ:1.2g</p> <p><b>Alma /F 0.10 KG</b> EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>	<p><b>G.G. erdei gyüm.leves/mix* (7;)</b> EN:371.5kcal ZS:7.8g TZS:5.0g SZH:68.7g CK:56.4g FH:2.5g SÓ:1.8g</p> <p><b>G.G. grill csirkecomb egész</b> EN:387.5kcal ZS:27.8g TZS:8.6g SZH:0.3g CK:0.0g FH:31.2g SÓ:2.0g</p> <p><b>G.G. csőbensült burgonya (3;7;)</b> EN:435.1kcal ZS:12.8g TZS:3.4g SZH:62.9g CK:1.6g FH:10.6g SÓ:1.8g</p> <p><b>Csemege uborka</b> EN:7.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:1.1g FH:0.4g SÓ:0.9g</p> <p><b>G.G. kenyér /házi/ 50 g</b> EN:139.7kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:32.9g CK:2.7g FH:1.3g SÓ:1.2g</p> <p><b>Alma /F 0.10 KG</b> EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>	<p><b>G.G. zellerkrémleves* (7;9;)</b> EN:125.6kcal ZS:8.5g TZS:2.9g SZH:9.2g CK:2.9g FH:1.9g SÓ:1.8g</p> <p><b>G.G. csirkepörkölt</b> EN:372.6kcal ZS:27.3g TZS:7.3g SZH:5.1g CK:0.3g FH:24.5g SÓ:2.2g</p> <p><b>Párolt rizsköret</b> EN:387.5kcal ZS:4.9g TZS:0.6g SZH:77.5g FH:9.3g SÓ:1.5g</p> <p><b>G.G. kenyér /házi/ 50 g</b> EN:139.7kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:32.9g CK:2.7g FH:1.3g SÓ:1.2g</p> <p><b>Alma /F 0.10 KG</b> EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>
<b>Napi összesítés</b>	EN: 1235.0 kcal; ZS: 54.3 g; TZS: 20.6 g; SZH: 148.9 g; CK: 16.4 g; FH: 35.9 g; SÓ: 6.9 g;	EN: 1016.2 kcal; ZS: 29.5 g; TZS: 10.7 g; SZH: 148.3 g; CK: 68.0 g; FH: 36.6 g; SÓ: 4.3 g;	EN: 975.0 kcal; ZS: 43.9 g; TZS: 14.5 g; SZH: 104.3 g; CK: 16.1 g; FH: 35.5 g; SÓ: 5.2 g;	EN: 1376.5 kcal; ZS: 49.2 g; TZS: 17.1 g; SZH: 173.2 g; CK: 65.8 g; FH: 46.4 g; SÓ: 7.6 g;	EN: 1060.4 kcal; ZS: 41.4 g; TZS: 10.9 g; SZH: 131.8 g; CK: 9.9 g; FH: 37.4 g; SÓ: 6.6 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-Szezámag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszeret tartalmaz.