

	Hétfő 06.01	Kedd 06.02	Szerda 06.03	Csütörtök 06.04	Péntek 06.05
<b>Tízórai</b>	<b>Tej (7;)</b> EN:88.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:9.4g FH:5.8g SÓ:0.2g CA:240.0mg <b>Sonkás szelet</b> EN:19.0kcal ZS:1.0g TZS:0.4g SZH:0.1g CK:0.0g FH:2.4g SÓ:0.5g <b>margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g CA:0.0mg <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:132.1kcal ZS:0.6g TZS:0.1g SZH:25.8g CK:0.5g FH:4.9g SÓ:0.7g CA:0.0mg	<b>Kakaó (7;)</b> EN:122.6kcal ZS:3.2g TZS:1.9g SZH:16.3g CK:16.2g FH:6.2g SÓ:0.2g CA:240.0mg <b>margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g CA:0.0mg <b>Foszlós kalács (1;3;6;7;13;)</b> EN:148.8kcal ZS:3.7g TZS:1.5g SZH:26.0g CK:4.2g FH:4.2g SÓ:0.3g	<b>Meggyes tea</b> EN:26.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.5g CK:6.5g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg <b>Padlizsánkrém (7;)</b> EN:76.0kcal ZS:6.9g TZS:4.3g SZH:2.4g CK:0.8g FH:1.1g SÓ:0.8g CA:20.5mg <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:132.1kcal ZS:0.6g TZS:0.1g SZH:25.8g CK:0.5g FH:4.9g SÓ:0.7g CA:0.0mg <b>Paradicsom</b> EN:4.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.8g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g CA:0.0mg	<b>Barackos tea</b> EN:26.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.5g CK:6.5g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg <b>Tavaszi felvágott</b> EN:55.4kcal ZS:4.8g TZS:2.0g SZH:0.7g CK:0.1g FH:2.4g SÓ:0.4g <b>margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g CA:0.0mg <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:132.1kcal ZS:0.6g TZS:0.1g SZH:25.8g CK:0.5g FH:4.9g SÓ:0.7g CA:0.0mg <b>Paradicsom</b> EN:4.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.8g CK:0.0g FH:0.2g SÓ:0.0g CA:0.0mg	<b>Citromos tea</b> EN:26.7kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.5g CK:6.5g FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg <b>Főtt tojás karika (3;)</b> EN:36.7kcal ZS:2.2g TZS:0.7g SZH:0.2g CK:0.1g FH:2.5g SÓ:0.1g CA:0.0mg <b>margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g CA:0.0mg <b>teljeskiőrlésű kenyér (1;)</b> EN:132.1kcal ZS:0.6g TZS:0.1g SZH:25.8g CK:0.5g FH:4.9g SÓ:0.7g CA:0.0mg <b>Paprika</b> EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g
<b>Ebéd</b>	<b>Babgulyás leves sertés (9;12;)</b> EN:163.1kcal ZS:7.4g TZS:1.2g SZH:12.2g CK:0.5g FH:10.1g SÓ:0.9g CA:0.0mg <b>Szilvás gombóc (1;3;12;)</b> EN:385.7kcal ZS:6.7g TZS:0.5g SZH:67.0g CK:18.8g FH:10.0g SÓ:1.2g <b>alma</b> EN:21.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:4.2g CK:2.4g FH:0.2g SÓ:0.0g CA:0.0mg	<b>Zöldséges tarhonyaleves (1;)</b> EN:119.3kcal ZS:3.3g TZS:0.9g SZH:18.4g CK:2.2g FH:3.3g SÓ:0.5g CA:0.0mg <b>Sertés pörkölt</b> EN:126.7kcal ZS:7.4g TZS:1.6g SZH:1.6g CK:0.0g FH:12.5g SÓ:0.1g CA:0.0mg <b>Tököfőzelék (1;7;)</b> EN:152.7kcal ZS:8.0g TZS:2.5g SZH:17.3g CK:3.7g FH:2.7g SÓ:0.7g CA:0.0mg <b>teljeskiőrlésű kenyér (ebédhez) (1;)</b> EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g FH:4.8g SÓ:0.7g	<b>Tojásleves (1;3;)</b> EN:43.4kcal ZS:3.1g TZS:0.5g SZH:2.2g CK:0.0g FH:1.5g SÓ:0.7g CA:0.0mg <b>Panírozott halrúd (sütőben) (1;4;)</b> EN:273.2kcal ZS:11.9g TZS:1.2g SZH:31.7g CK:0.8g FH:8.1g SÓ:0.7g <b>Petrezselymes bulgur (1;)</b> EN:230.0kcal ZS:3.0g TZS:0.2g SZH:42.5g CK:6.0g FH:7.9g SÓ:0.6g CA:0.0mg	<b>Zöldségkrémleves (1;7;)</b> EN:54.5kcal ZS:2.6g TZS:0.7g SZH:7.8g CK:1.3g FH:1.7g SÓ:1.5g CA:8.8mg <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>Kapros csirkeragu (7;)</b> EN:100.3kcal ZS:4.2g TZS:2.0g SZH:2.2g CK:0.5g FH:12.4g SÓ:1.1g CA:18.0mg <b>Rizs köret</b> EN:255.7kcal ZS:3.0g TZS:0.4g SZH:51.7g CK:0.0g FH:6.2g SÓ:0.0g CA:0.0mg	<b>Daragaluska leves (1;3;9;)</b> EN:124.0kcal ZS:4.9g TZS:0.8g SZH:14.2g CK:1.0g FH:5.2g SÓ:0.0g CA:0.0mg <b>Sült csirkecomb filé</b> EN:236.4kcal ZS:10.4g TZS:2.4g SZH:0.8g CK:0.0g FH:33.4g SÓ:1.0g CA:0.0mg <b>Meggymártás (1;7;)</b> EN:150.3kcal ZS:3.7g TZS:2.4g SZH:26.5g CK:23.8g FH:1.8g SÓ:0.5g CA:36.0mg <b>Pirított dara köret 1/2 (1;)</b> EN:182.9kcal ZS:3.7g TZS:0.6g SZH:32.8g CK:0.0g FH:4.2g SÓ:0.3g CA:0.0mg
<b>Uzsonna</b>	<b>Natúr sajtkrém (7;)</b> EN:42.9kcal ZS:3.6g TZS:2.3g SZH:1.5g CK:1.5g FH:1.1g SÓ:0.4g CA:155.1mg <b>vizes zsemle (1;)</b> EN:139.4kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:0.9g FH:4.4g SÓ:0.6g CA:0.0mg <b>Hónapos retek</b> EN:0.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.1g CK:0.0g FH:0.1g SÓ:0.0g CA:0.0mg	<b>Gyümölcsös joghurt (7;)</b> EN:103.8kcal ZS:3.1g TZS:2.5g SZH:13.8g CK:13.8g FH:3.1g SÓ:0.1g CA:125.0mg <b>Kifli (1;7;)</b> EN:109.6kcal ZS:1.5g TZS:0.6g SZH:20.4g CK:1.1g FH:2.9g SÓ:0.4g <b>alma</b> EN:21.0kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:4.2g CK:2.4g FH:0.2g SÓ:0.0g CA:0.0mg	<b>Körözött (7;)</b> EN:50.2kcal ZS:3.1g TZS:2.1g SZH:1.3g CK:1.2g FH:3.9g SÓ:0.7g CA:32.6mg <b>vizes zsemle (1;)</b> EN:139.4kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:0.9g FH:4.4g SÓ:0.6g CA:0.0mg <b>Paprika</b> EN:6.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.3g SÓ:0.0g	<b>Trappista sajt (7;)</b> EN:67.4kcal ZS:5.2g TZS:3.2g SZH:0.0g CK:0.0g FH:5.1g SÓ:0.3g CA:160.0mg <b>margarin</b> EN:22.5kcal ZS:2.5g TZS:0.7g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.1g CA:0.0mg <b>vizes zsemle (1;)</b> EN:139.4kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:30.0g CK:0.9g FH:4.4g SÓ:0.6g CA:0.0mg <b>Sárgarépa csíkok</b> EN:12.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:0.0g FH:0.4g SÓ:0.0g CA:0.0mg	<b>Kockasajt, natúr (7;)</b> EN:70.5kcal ZS:5.5g TZS:3.8g SZH:1.8g CK:1.4g FH:3.3g SÓ:0.5g CA:172.5mg <b>Kifli (1;7;)</b> EN:109.6kcal ZS:1.5g TZS:0.6g SZH:20.4g CK:1.1g FH:2.9g SÓ:0.4g

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-Szezámag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. \* - édesítésszert tartalmaz.