



	Hétfő 06.01	Kedd 06.02	Szerda 06.03	Csütörtök 06.04	Péntek 06.05	Szombat 06.06	Vasárnap 06.07
<b>Reggeli</b>	<b>Citromos tea - cukorral</b> EN:166.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:40.3g CK:40.3g FH:0.0g SÓ:0.0g	<b>Gyümölcs tea (12;)</b> EN:162.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:40.3g CK:40.3g FH:0.0g SÓ:0.0g	<b>Citromos tea - cukorral</b> EN:166.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:40.3g CK:40.3g FH:0.0g SÓ:0.0g	<b>Gyümölcs tea (12;)</b> EN:162.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:40.3g CK:40.3g FH:0.0g SÓ:0.0g	<b>Citromos tea - cukorral</b> EN:166.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:40.3g CK:40.3g FH:0.0g SÓ:0.0g	<b>Gyümölcs tea (12;)</b> EN:162.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:40.3g CK:40.3g FH:0.0g SÓ:0.0g	<b>Citromos tea - cukorral</b> EN:166.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:40.3g CK:40.3g FH:0.0g SÓ:0.0g
	<b>Fehér kenyér reggeli / vacsora (1;)</b> EN:300.0kcal ZS:1.4g TZS:0.5g SZH:59.8g CK:0.2g FH:10.8g SÓ:1.6g	<b>Fehér kenyér reggeli / vacsora (1;)</b> EN:300.0kcal ZS:1.4g TZS:0.5g SZH:59.8g CK:0.2g FH:10.8g SÓ:1.6g	<b>Fehér kenyér reggeli / vacsora (1;)</b> EN:300.0kcal ZS:1.4g TZS:0.5g SZH:59.8g CK:0.2g FH:10.8g SÓ:1.6g	<b>Fehér kenyér reggeli / vacsora (1;)</b> EN:300.0kcal ZS:1.4g TZS:0.5g SZH:59.8g CK:0.2g FH:10.8g SÓ:1.6g	<b>Fehér kenyér reggeli / vacsora (1;)</b> EN:300.0kcal ZS:1.4g TZS:0.5g SZH:59.8g CK:0.2g FH:10.8g SÓ:1.6g	<b>Fehér kenyér reggeli / vacsora (1;)</b> EN:300.0kcal ZS:1.4g TZS:0.5g SZH:59.8g CK:0.2g FH:10.8g SÓ:1.6g	<b>Fehér kenyér reggeli / vacsora (1;)</b> EN:300.0kcal ZS:1.4g TZS:0.5g SZH:59.8g CK:0.2g FH:10.8g SÓ:1.6g
	<b>Rántott leves - reggeli (1;)</b> EN:93.8kcal ZS:6.5g TZS:0.8g SZH:7.5g CK:0.0g FH:1.0g SÓ:3.9g	<b>Rántott leves - reggeli (1;)</b> EN:93.8kcal ZS:6.5g TZS:0.8g SZH:7.5g CK:0.0g FH:1.0g SÓ:3.9g	<b>Rántott leves - reggeli (1;)</b> EN:93.8kcal ZS:6.5g TZS:0.8g SZH:7.5g CK:0.0g FH:1.0g SÓ:3.9g	<b>Rántott leves - reggeli (1;)</b> EN:93.8kcal ZS:6.5g TZS:0.8g SZH:7.5g CK:0.0g FH:1.0g SÓ:3.9g	<b>Rántott leves - reggeli (1;)</b> EN:93.8kcal ZS:6.5g TZS:0.8g SZH:7.5g CK:0.0g FH:1.0g SÓ:3.9g	<b>Rántott leves - reggeli (1;)</b> EN:93.8kcal ZS:6.5g TZS:0.8g SZH:7.5g CK:0.0g FH:1.0g SÓ:3.9g	<b>Rántott leves - reggeli (1;)</b> EN:93.8kcal ZS:6.5g TZS:0.8g SZH:7.5g CK:0.0g FH:1.0g SÓ:3.9g
	<b>Gépsonka</b> EN:58.5kcal ZS:2.3g TZS:0.9g SZH:1.6g CK:0.1g FH:8.0g SÓ:1.2g	<b>Füstölt sajt (7;)</b> EN:148.0kcal ZS:12.0g TZS:8.0g SZH:3.5g CK:0.5g FH:6.5g SÓ:0.8g	<b>Pritaminos omlett (1;3;7;)</b> EN:253.5kcal ZS:14.8g TZS:3.7g SZH:9.2g CK:2.3g FH:12.9g SÓ:1.9g	<b>Szalámi</b> EN:169.4kcal ZS:15.8g TZS:6.0g SZH:0.4g CK:0.2g FH:6.7g SÓ:1.2g	<b>Sült kolbász</b> EN:170.9kcal ZS:14.8g TZS:3.8g SZH:1.2g CK:0.0g FH:8.5g SÓ:1.8g	<b>Mixxel szórt kifli 2 db (1;7;)</b> EN:232.8kcal ZS:1.8g TZS:0.8g SZH:46.0g CK:2.2g FH:7.0g SÓ:0.8g	<b>Vajkrém (7;)</b> EN:174.0kcal ZS:17.5g TZS:11.4g SZH:3.0g CK:1.1g FH:1.2g SÓ:0.5g
	<b>Margarin</b> EN:70.0kcal ZS:7.8g TZS:2.2g SZH:0.1g FH:0.1g SÓ:0.1g	<b>Margarin</b> EN:70.0kcal ZS:7.8g TZS:2.2g SZH:0.1g FH:0.1g SÓ:0.1g	<b>Korpás kifli (1;7;)</b> EN:148.5kcal ZS:1.3g TZS:0.6g SZH:28.0g CK:1.1g FH:5.0g SÓ:0.7g	<b>Margarin</b> EN:70.0kcal ZS:7.8g TZS:2.2g SZH:0.1g FH:0.1g SÓ:0.1g	<b>Mustár (10;)</b> EN:26.7kcal ZS:1.9g TZS:0.1g SZH:1.1g CK:1.0g FH:0.8g SÓ:0.7g	<b>Karamellástej (7;)</b> EN:270.0kcal ZS:4.5g TZS:3.0g SZH:43.8g CK:43.8g FH:8.7g SÓ:0.1g	<b>Kaliforniai paprika</b> EN:15.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:0.0g FH:0.7g SÓ:0.0g
	<b>Paprika</b> EN:15.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:0.0g FH:0.7g SÓ:0.0g	<b>Kígyóborka</b> EN:6.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.5g SÓ:0.0g		<b>Paradicsom</b> EN:11.5kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:1.3g FH:0.5g SÓ:0.0g		<b>Tejföl poharas (7;)</b> EN:324.0kcal ZS:30.0g TZS:19.5g SZH:4.8g CK:4.8g FH:4.9g SÓ:0.1g	<b>Turista felvágott</b> EN:172.5kcal ZS:15.5g TZS:6.0g SZH:0.0g CK:0.0g FH:8.0g SÓ:1.3g
<b>Tízórai</b>	<b>Zabszelet (1;)</b> EN:229.0kcal ZS:9.8g TZS:4.5g SZH:28.7g CK:7.8g FH:6.0g SÓ:0.4g	<b>Narancs</b> EN:32.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.8g CK:5.2g FH:0.5g SÓ:0.0g	<b>Gyümölcs joghurt (7;)</b> EN:77.5kcal ZS:2.0g TZS:1.3g SZH:10.5g CK:10.3g FH:4.3g SÓ:0.1g	<b>Alma</b> EN:28.0kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:5.6g CK:3.2g FH:0.3g SÓ:0.0g	<b>Natúr joghurt (7;)</b> EN:82.5kcal ZS:4.5g TZS:2.8g SZH:5.7g CK:5.7g FH:4.9g SÓ:0.0g	<b>Banán</b> EN:84.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:19.4g CK:12.0g FH:1.0g SÓ:0.0g	<b>Túró rudi (6;7;)</b> EN:105.6kcal ZS:5.1g TZS:4.2g SZH:11.7g CK:10.8g FH:3.0g SÓ:0.0g
<b>Ebéd</b>	<b>Zöldborsóleves (9;12;)</b> EN:106.5kcal ZS:3.1g TZS:0.4g SZH:12.4g CK:0.5g FH:5.5g SÓ:2.1g	<b>Palócleves sertéshússal (1;7;12;)</b> EN:325.3kcal ZS:14.8g TZS:5.5g SZH:27.3g CK:4.1g FH:17.0g SÓ:2.4g	<b>Zöldséges tarhonyaleves (1;9;12;)</b> EN:204.8kcal ZS:8.1g TZS:3.0g SZH:26.6g CK:1.1g FH:4.4g SÓ:2.9g	<b>Babgulyás sertéshúsból (1;9;12;)</b> EN:276.2kcal ZS:7.5g TZS:1.5g SZH:27.7g CK:1.3g FH:20.3g SÓ:4.6g	<b>Paradicsomleves (1;9;)</b> EN:262.2kcal ZS:7.1g TZS:0.8g SZH:43.5g CK:24.0g FH:4.1g SÓ:2.0g	<b>Csontleves (9;12;)</b> EN:73.7kcal ZS:3.2g TZS:0.9g SZH:5.3g CK:1.0g FH:4.8g SÓ:3.2g	<b>Szamócás almakrémleves (1;7;)</b> EN:333.0kcal ZS:6.5g TZS:1.9g SZH:69.6g CK:39.8g FH:3.7g SÓ:1.1g
	<b>Levesbetét tészta (1;)</b> EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:2.0g	<b>Fehér kenyér ebéd (1;)</b> EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g	<b>Citromos grillezett halszelet (4;)</b> EN:90.3kcal ZS:5.3g TZS:1.7g SZH:0.9g CK:0.2g FH:11.5g SÓ:3.3g	<b>Dejós tészta (1;)</b> EN:585.8kcal ZS:8.4g TZS:1.0g SZH:107.7g CK:31.9g FH:17.7g SÓ:0.0g	<b>Levesbetét tészta (1;)</b> EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:2.0g	<b>Levesbetét tészta (1;)</b> EN:70.2kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.7g FH:2.5g SÓ:2.0g	<b>Rozmaringos csirkecomb</b> EN:406.9kcal ZS:28.6g TZS:9.3g SZH:0.0g CK:0.0g FH:34.6g SÓ:2.5g
	<b>Natúr csirkemell (1;)</b> EN:247.7kcal ZS:13.7g TZS:2.2g SZH:7.2g CK:0.0g FH:22.2g SÓ:2.1g	<b>Ízes derelye (1;)</b> EN:580.2kcal ZS:7.0g TZS:1.6g SZH:109.0g CK:26.0g FH:17.9g SÓ:2.8g	<b>Petrezselymes burgonya (12;)</b> EN:255.9kcal ZS:2.4g TZS:0.2g SZH:46.4g CK:0.0g FH:6.6g SÓ:2.0g	<b>Fehér kenyér ebéd (1;)</b> EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g	<b>Rakott brokkoli pulykahússal (1;7;12;)</b> EN:549.9kcal ZS:25.0g TZS:9.0g SZH:57.6g CK:5.3g FH:25.6g SÓ:2.3g	<b>Chilis bab sertéshúsból (1;12;)</b> EN:503.7kcal ZS:16.9g TZS:4.3g SZH:55.4g CK:6.4g FH:26.1g SÓ:2.2g	<b>Burgonyapüré (7;12;)</b> EN:339.6kcal ZS:10.3g TZS:4.7g SZH:48.3g CK:2.3g FH:7.7g SÓ:2.1g
	<b>Párolt zöldség fél</b> EN:93.5kcal ZS:0.8g TZS:0.2g SZH:13.1g CK:2.8g FH:6.2g SÓ:0.1g		<b>Uborkasaláta</b> EN:29.7kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:6.4g CK:5.0g FH:0.8g SÓ:3.9g			<b>Fehér kenyér ebéd (1;)</b> EN:240.0kcal ZS:1.1g TZS:0.4g SZH:47.8g CK:0.2g FH:8.6g SÓ:1.3g	<b>Ecetes alm paprika (10;12;)</b> EN:16.0kcal ZS:0.2g SZH:2.4g CK:0.8g FH:1.0g SÓ:1.6g
	<b>Joghurtos-kapros-citromos mártás (7;)</b> EN:17.1kcal ZS:0.9g TZS:0.6g SZH:1.2g CK:1.2g FH:0.9g SÓ:3.0g						

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-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfürt; 14-Puhatestűek. \* - édesítésszert tartalmaz.



	Hétfő 06.01	Kedd 06.02	Szerda 06.03	Csütörtök 06.04	Péntek 06.05	Szombat 06.06	Vasárnap 06.07
<b>Ebéd</b>	<b>Párolt rizs 1/2 adag</b> EN:190.0kcal ZS:2.0g TZS:0.3g SZH:38.8g CK:0.0g FH:4.7g SÓ:1.0g						
<b>Uzsonna</b>	<b>Alma</b> EN:28.0kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:5.6g CK:3.2g FH:0.3g SÓ:0.0g	<b>Korpotit keksz (1;12;)</b> EN:180.0kcal ZS:5.2g TZS:2.2g SZH:27.8g CK:1.8g FH:4.2g SÓ:0.4g	<b>Banán</b> EN:84.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:19.4g CK:12.0g FH:1.0g SÓ:0.0g	<b>brio kakao piskota (7;)</b> EN:105.8kcal ZS:3.7g SZH:16.9g FH:1.3g	<b>Dobozos almapüré</b> EN:72.2kcal ZS:0.1g TZS:0.1g SZH:17.0g CK:13.0g FH:0.2g SÓ:0.0g	<b>Csokis puding (6;7;)</b> EN:152.5kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:24.9g CK:21.9g FH:4.1g SÓ:0.2g	<b>Narancs</b> EN:32.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.8g CK:5.2g FH:0.5g SÓ:0.0g
<b>Vacsora</b>	<b>Gyümölcs tea (12;)</b> EN:162.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:40.3g CK:40.3g FH:0.0g SÓ:0.0g	<b>Citromos tea - cukorral</b> EN:162.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:40.3g CK:40.3g FH:0.0g SÓ:0.0g	<b>Gyümölcs tea (12;)</b> EN:162.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:40.3g CK:40.3g FH:0.0g SÓ:0.0g	<b>Citromos tea - cukorral</b> EN:162.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:40.3g CK:40.3g FH:0.0g SÓ:0.0g	<b>Gyümölcs tea (12;)</b> EN:162.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:40.3g CK:40.3g FH:0.0g SÓ:0.0g	<b>Citromos tea - cukorral</b> EN:162.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:40.3g CK:40.3g FH:0.0g SÓ:0.0g	<b>Gyümölcs tea (12;)</b> EN:162.8kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:40.3g CK:40.3g FH:0.0g SÓ:0.0g
	<b>Fehér kenyér reggeli / vacsora (1;)</b> EN:300.0kcal ZS:1.4g TZS:0.5g SZH:59.8g CK:0.2g FH:10.8g SÓ:1.6g	<b>Fehér kenyér reggeli / vacsora (1;)</b> EN:300.0kcal ZS:1.4g TZS:0.5g SZH:59.8g CK:0.2g FH:10.8g SÓ:1.6g	<b>Fehér kenyér reggeli / vacsora (1;)</b> EN:300.0kcal ZS:1.4g TZS:0.5g SZH:59.8g CK:0.2g FH:10.8g SÓ:1.6g	<b>Fehér kenyér reggeli / vacsora (1;)</b> EN:300.0kcal ZS:1.4g TZS:0.5g SZH:59.8g CK:0.2g FH:10.8g SÓ:1.6g	<b>Fehér kenyér reggeli / vacsora (1;)</b> EN:300.0kcal ZS:1.4g TZS:0.5g SZH:59.8g CK:0.2g FH:10.8g SÓ:1.6g	<b>Fehér kenyér reggeli / vacsora (1;)</b> EN:300.0kcal ZS:1.4g TZS:0.5g SZH:59.8g CK:0.2g FH:10.8g SÓ:1.6g	<b>Fehér kenyér reggeli / vacsora (1;)</b> EN:300.0kcal ZS:1.4g TZS:0.5g SZH:59.8g CK:0.2g FH:10.8g SÓ:1.6g
	<b>Spencós-sonkás tészta (1;7;)</b> EN:625.8kcal ZS:24.7g TZS:10.1g SZH:77.4g CK:7.1g FH:21.2g SÓ:4.1g	<b>Pincepörkölt sertéshússal (12;)</b> EN:356.3kcal ZS:9.1g TZS:1.8g SZH:42.6g CK:0.0g FH:20.2g SÓ:2.6g	<b>Körözött (7;12;)</b> EN:172.8kcal ZS:16.7g TZS:8.0g SZH:1.8g CK:0.9g FH:4.2g SÓ:1.1g	<b>Meggyes piskóta (1;3;)</b> EN:368.2kcal ZS:2.8g TZS:0.9g SZH:75.5g CK:36.3g FH:8.5g SÓ:0.2g	<b>Sajtkrém (házi) (7;)</b> EN:132.8kcal ZS:11.9g TZS:5.6g SZH:0.1g CK:0.1g FH:6.4g SÓ:0.6g	<b>Csirkemellsonka</b> EN:54.5kcal ZS:2.3g TZS:0.7g SZH:1.0g CK:0.2g FH:7.5g SÓ:1.1g	<b>Mini méz</b> EN:121.6kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:33.0g CK:32.9g FH:0.1g SÓ:0.0g
		<b>Vegyes vágott savanyúság * (12;)</b> EN:25.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:4.1g CK:0.2g FH:1.2g SÓ:1.5g	<b>Újhagyma</b>	<b>Tej (7;)</b> EN:150.0kcal ZS:4.5g TZS:3.0g SZH:13.8g CK:13.8g FH:8.7g SÓ:0.1g	<b>Retek</b> EN:8.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.7g CK:0.9g FH:0.3g SÓ:0.0g	<b>Margarin</b> EN:70.0kcal ZS:7.8g TZS:2.2g SZH:0.1g FH:0.1g SÓ:0.1g	<b>Teavaj (7;)</b> EN:144.6kcal ZS:16.0g TZS:11.4g SZH:0.1g CK:0.1g FH:0.1g SÓ:0.0g
						<b>Kígyóuborka</b> EN:6.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:0.9g CK:0.0g FH:0.5g SÓ:0.0g	<b>Kakaó (7;)</b> EN:304.0kcal ZS:9.2g TZS:6.2g SZH:39.3g CK:38.8g FH:9.6g 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-Rákfélék; 3-Tojás; 4-Halak; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszeret tartalmaz.