

	Hétfő 06.08	Kedd 06.09	Szerda 06.10	Csütörtök 06.11	Péntek 06.12
Ebéd	Zöldségleves (tészta 0) * EN:53.9kcal ZS:3.0g TZS:0.3g SZH:5.4g CK:3.3g FH:0.8g SÓ:1.1g Rakott burgonya (kolbásszal) (bet.) /fél adag (1;3;6;7;) EN:354.4kcal ZS:18.8g TZS:7.7g SZH:30.9g CK:1.5g FH:11.7g SÓ:1.6g Csemege uborka EN:7.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:1.1g FH:0.4g SÓ:0.9g	Gyümölcsivólé(1/1) 0.30 L EN:135.0kcal ZS:1.5g TZS:0.3g SZH:28.2g CK:28.2g FH:2.1g SÓ:0.0g Grill csirke(mellfilé) (10 dkg) EN:155.5kcal ZS:7.2g TZS:1.4g FH:21.2g SÓ:1.6g Amerikai saláta (7;) EN:119.5kcal ZS:4.7g TZS:2.7g SZH:13.9g CK:5.0g FH:3.8g SÓ:1.7g	Zöldségleves (tészta 0) * EN:53.9kcal ZS:3.0g TZS:0.3g SZH:5.4g CK:3.3g FH:0.8g SÓ:1.1g Grill csirke /comb egész/ Alk EN:387.5kcal ZS:27.8g TZS:8.6g SZH:0.3g CK:0.0g FH:31.2g SÓ:2.0g Diab. zöldborsófőzelék * /05 (1;7;) EN:132.6kcal ZS:3.1g TZS:0.6g SZH:18.4g CK:0.7g FH:6.0g SÓ:0.1g	Zöldségleves (tészta 0) * EN:53.9kcal ZS:3.0g TZS:0.3g SZH:5.4g CK:3.3g FH:0.8g SÓ:1.1g Natúr sertésszelet Alk. (1;) EN:255.2kcal ZS:15.5g TZS:4.3g SZH:3.5g CK:0.0g FH:25.7g SÓ:1.7g Kelkáposzta főzelék/F /fél adag (1;) EN:133.3kcal ZS:3.2g TZS:0.4g SZH:19.7g CK:0.0g FH:5.0g SÓ:0.8g	Gyümölcsivólé(1/1) 0.30 L EN:135.0kcal ZS:1.5g TZS:0.3g SZH:28.2g CK:28.2g FH:2.1g SÓ:0.0g Sertéssült (comb) EN:204.7kcal ZS:11.1g TZS:2.8g SZH:0.0g CK:0.0g FH:24.6g SÓ:1.7g Diab. burgonya főzelék/F /05 (1;7;) EN:126.7kcal ZS:2.3g TZS:1.4g SZH:21.4g CK:0.3g FH:3.2g SÓ:0.8g
Napi összesítés	EN: 416.1 kcal; ZS: 21.8 g; TZS: 8.0 g; SZH: 37.7 g; CK: 6.0 g; FH: 12.9 g; SÓ: 3.6 g;	EN: 409.9 kcal; ZS: 13.4 g; TZS: 4.4 g; SZH: 42.1 g; CK: 33.2 g; FH: 27.1 g; SÓ: 3.2 g;	EN: 574.0 kcal; ZS: 34.0 g; TZS: 9.6 g; SZH: 24.1 g; CK: 4.1 g; FH: 38.1 g; SÓ: 3.1 g;	EN: 442.4 kcal; ZS: 21.6 g; TZS: 5.0 g; SZH: 28.7 g; CK: 3.4 g; FH: 31.5 g; SÓ: 3.5 g;	EN: 466.4 kcal; ZS: 14.8 g; TZS: 4.5 g; SZH: 49.6 g; CK: 28.5 g; FH: 29.9 g; SÓ: 2.4 g;

	Hétfő 06.08	Kedd 06.09	Szerda 06.10	Csütörtök 06.11	Péntek 06.12
Ebéd	<p>Almaleves/B (1;7;) EN:258.8kcal ZS:5.4g TZS:3.4g SZH:46.9g CK:34.3g FH:2.4g SÓ:1.0g</p> <p>Grill csirke(mellfilé) (10 dkg) EN:155.5kcal ZS:7.2g TZS:1.4g FH:21.2g SÓ:1.6g</p> <p>Petr. burg. (280 g) EN:369.4kcal ZS:9.8g TZS:1.0g SZH:56.3g CK:0.0g FH:7.7g SÓ:1.5g</p> <p>Cseresznye bef.(5/1,5/4 uv.) 0.08 KG EN:67.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:14.4g CK:12.8g FH:0.4g</p> <p>Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g</p> <p>Babapiskóta 0.03 KG (1;3;) EN:122.4kcal ZS:1.3g SZH:25.0g CK:11.2g FH:2.8g</p>	<p>Hamis palócleves (zöldbab 0) (1;7;) EN:504.5kcal ZS:25.0g TZS:8.2g SZH:44.3g CK:0.4g FH:20.8g SÓ:1.6g</p> <p>Rizsfelfújt (3;7;) EN:635.0kcal ZS:16.4g TZS:7.2g SZH:104.7g CK:42.6g FH:17.1g SÓ:1.3g</p> <p>Fahéjas szórat EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g</p> <p>Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g</p>	<p>Reszelt tészta leves(diéta)* (1;) EN:169.6kcal ZS:4.5g TZS:0.4g SZH:25.4g CK:8.0g FH:5.2g SÓ:1.7g</p> <p>Grill csirke /comb egész/ Alk EN:387.5kcal ZS:27.8g TZS:8.6g SZH:0.3g CK:0.0g FH:31.2g SÓ:2.0g</p> <p>Zöldborsófőzelék püre* (1;7;) EN:358.3kcal ZS:7.3g TZS:1.7g SZH:51.0g CK:8.8g FH:17.0g SÓ:1.7g</p> <p>Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g</p>	<p>Daragaluska lev.*mir.z.*Alk. (1;3;) EN:164.9kcal ZS:7.2g TZS:1.3g SZH:19.1g CK:2.8g FH:5.1g SÓ:1.6g</p> <p>Rizseshús (lapocka) EN:569.2kcal ZS:31.4g TZS:8.8g SZH:46.9g CK:0.0g FH:25.4g SÓ:1.7g</p> <p>Cseresznye bef.(5/1,5/4 uv.) 0.08 KG EN:67.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:14.4g CK:12.8g FH:0.4g</p> <p>Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g</p>	<p>Húsgaluska leves * (1;3;) EN:263.6kcal ZS:15.4g TZS:4.7g SZH:16.4g CK:3.4g FH:13.6g SÓ:1.7g</p> <p>Grill csirke(mellfilé) (10 dkg) EN:155.5kcal ZS:7.2g TZS:1.4g FH:21.2g SÓ:1.6g</p> <p>Burgonyafőzelék-Alk./F. (1;7;) EN:464.0kcal ZS:14.0g TZS:3.8g SZH:68.3g CK:0.6g FH:9.8g SÓ:1.5g</p> <p>Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g</p>
Napi összesítés	EN: 1093.8 kcal; ZS: 24.3 g; TZS: 5.9 g; SZH: 166.6 g; CK: 59.1 g; FH: 38.7 g; SÓ: 4.8 g;	EN: 1301.0 kcal; ZS: 41.9 g; TZS: 15.6 g; SZH: 182.9 g; CK: 53.8 g; FH: 42.2 g; SÓ: 3.7 g;	EN: 1035.8 kcal; ZS: 40.2 g; TZS: 10.8 g; SZH: 100.7 g; CK: 17.6 g; FH: 57.7 g; SÓ: 6.2 g;	EN: 921.8 kcal; ZS: 39.2 g; TZS: 10.1 g; SZH: 104.4 g; CK: 16.4 g; FH: 35.3 g; SÓ: 4.0 g;	EN: 1003.5 kcal; ZS: 37.1 g; TZS: 10.0 g; SZH: 108.7 g; CK: 4.7 g; FH: 49.0 g; SÓ: 5.5 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-Szezámag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszeret tartalmaz.

	Hétfő 06.08	Kedd 06.09	Szerda 06.10	Csütörtök 06.11	Péntek 06.12
Ebéd	<p>Só 0 almaleves/B (1;7;) EN:248.7kcal ZS:4.3g TZS:2.7g SZH:48.0g CK:41.0g FH:1.5g SÓ:0.0g</p> <p>Só 0 rakott burgonya (húsos) (1;3;7;) EN:688.3kcal ZS:39.9g TZS:13.8g SZH:51.4g CK:3.6g FH:26.1g SÓ:0.6g</p> <p>Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g</p> <p>Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g</p>	<p>Só 0 palócleves (sertés) (1;7;) EN:290.3kcal ZS:12.2g TZS:3.8g SZH:24.5g CK:1.5g FH:17.0g SÓ:0.1g</p> <p>Rizsfelfújt (3;7;) EN:635.0kcal ZS:16.4g TZS:7.2g SZH:104.7g CK:42.6g FH:17.1g SÓ:1.3g</p> <p>Fahéjas szórat EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g</p> <p>Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g</p>	<p>Só 0 reszelt tészta leves* (1;) EN:135.7kcal ZS:4.3g TZS:0.3g SZH:11.2g CK:7.7g FH:4.0g SÓ:0.3g</p> <p>Só 0 grill csirkecomb egész EN:385.3kcal ZS:27.8g TZS:8.6g SZH:0.0g CK:0.0g FH:31.1g SÓ:0.5g</p> <p>Só 0 zöldborsó főzelék (7;) EN:188.1kcal ZS:5.9g TZS:1.1g SZH:21.5g CK:7.4g FH:9.1g SÓ:0.1g</p> <p>Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g</p>	<p>Só 0 paradicsom leves/K (tészta) (1;) EN:253.8kcal ZS:6.8g TZS:0.8g SZH:42.3g CK:20.9g FH:4.7g SÓ:0.0g</p> <p>Só 0 rizses hús (60 g) EN:440.1kcal ZS:15.3g TZS:3.1g SZH:46.5g CK:0.0g FH:28.1g SÓ:0.2g</p> <p>Cseresznye bef.(5/1,5/4 uv.) 0.08 KG EN:67.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:14.4g CK:12.8g FH:0.4g</p> <p>Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g</p>	<p>Só 0 zöldségleves* (csipet) (1;3;9;) EN:120.3kcal ZS:3.7g TZS:0.5g SZH:17.7g CK:2.7g FH:3.3g SÓ:0.1g</p> <p>Só 0 sertésszelet (natúr) EN:172.7kcal ZS:11.8g TZS:3.0g SZH:0.0g CK:0.0g FH:16.8g SÓ:0.1g</p> <p>Só 0 petr. burgonya (250 g) EN:369.4kcal ZS:9.8g TZS:1.0g SZH:56.3g CK:0.0g FH:7.7g SÓ:0.0g</p> <p>Alma befőtt 0.10 L EN:82.0kcal ZS:0.3g SZH:17.0g CK:15.0g FH:0.2g</p> <p>Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:120.5kcal ZS:0.5g TZS:0.1g SZH:24.0g CK:0.8g FH:4.3g SÓ:0.8g</p>
Napi összesítés	EN: 1092.5 kcal; ZS: 45.1 g; TZS: 16.6 g; SZH: 130.5 g; CK: 49.4 g; FH: 32.3 g; SÓ: 1.4 g;	EN: 1086.8 kcal; ZS: 29.1 g; TZS: 11.1 g; SZH: 163.1 g; CK: 54.9 g; FH: 38.4 g; SÓ: 2.2 g;	EN: 829.5 kcal; ZS: 38.5 g; TZS: 10.2 g; SZH: 56.8 g; CK: 15.8 g; FH: 48.6 g; SÓ: 1.6 g;	EN: 881.7 kcal; ZS: 22.7 g; TZS: 4.1 g; SZH: 127.2 g; CK: 34.5 g; FH: 37.5 g; SÓ: 1.0 g;	EN: 864.9 kcal; ZS: 26.1 g; TZS: 4.6 g; SZH: 115.0 g; CK: 18.5 g; FH: 32.3 g; SÓ: 1.0 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-Szezámag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszeret tartalmaz.

	Hétfő 06.08	Kedd 06.09	Szerda 06.10	Csütörtök 06.11	Péntek 06.12
Gluténmentes	G.G. almaleves/B -Bet- (7;) EN:193.9kcal ZS:4.2g TZS:2.7g SZH:35.6g CK:26.6g FH:0.9g SÓ:1.2g G.G. sertés pörkölt EN:410.3kcal ZS:34.0g TZS:12.6g SZH:3.0g CK:0.0g FH:22.1g SÓ:2.0g Párolt rizsköret EN:387.5kcal ZS:4.9g TZS:0.6g SZH:77.5g FH:9.3g SÓ:1.5g Csemege uborka EN:7.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:1.1g FH:0.4g SÓ:0.9g G.G. kenyér /házi/ 50 g EN:139.7kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:32.9g CK:2.7g FH:1.3g SÓ:1.2g Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	G.G. csirkeragu leves* EN:144.0kcal ZS:3.3g TZS:1.1g SZH:10.4g CK:1.7g FH:16.6g SÓ:1.7g G.G. milánói makaróni (7;) EN:685.5kcal ZS:30.9g TZS:10.8g SZH:69.9g CK:6.2g FH:30.8g SÓ:2.3g G.G. kenyér /házi/ 50 g EN:139.7kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:32.9g CK:2.7g FH:1.3g SÓ:1.2g Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	G.G. zöldségleves* EN:130.8kcal ZS:5.1g TZS:0.5g SZH:17.9g CK:6.7g FH:2.1g SÓ:1.7g Grill csirke /comb egész/ Alk EN:387.5kcal ZS:27.8g TZS:8.6g SZH:0.3g CK:0.0g FH:31.2g SÓ:2.0g G.G. zöldborsó főzelék* (7;) EN:272.4kcal ZS:6.2g TZS:1.2g SZH:36.3g CK:8.0g FH:13.4g SÓ:1.8g G.G. kenyér /házi/ 50 g EN:139.7kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:32.9g CK:2.7g FH:1.3g SÓ:1.2g Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	G.G. paradicsom leves/K EN:218.9kcal ZS:6.9g TZS:0.7g SZH:36.3g CK:20.4g FH:2.3g SÓ:1.5g G.G. rakott burgonya hússal (3;7;) EN:863.6kcal ZS:46.0g TZS:15.8g SZH:71.6g CK:4.0g FH:32.6g SÓ:2.3g Csemege uborka EN:7.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:1.1g FH:0.4g SÓ:0.9g G.G. kenyér /házi/ 50 g EN:139.7kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:32.9g CK:2.7g FH:1.3g SÓ:1.2g Alma /F 0.10 KG EN:35.0kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:4.0g FH:0.4g SÓ:0.0g	G.G. zöldbablev.* (7;) EN:152.1kcal ZS:6.9g TZS:1.3g SZH:18.3g CK:3.3g FH:3.2g SÓ:1.8g G.G. rántott csirkemell (3;7;) EN:793.4kcal ZS:59.3g TZS:7.6g SZH:38.6g CK:1.7g FH:24.8g SÓ:1.9g G.G. sült burgonya (250g) EN:584.4kcal ZS:28.3g TZS:3.0g SZH:65.7g FH:8.9g SÓ:1.5g Csemege uborka EN:7.8kcal ZS:0.1g SZH:1.4g CK:1.1g FH:0.4g SÓ:0.9g G.G. kenyér /házi/ 50 g EN:139.7kcal ZS:0.2g TZS:0.1g SZH:32.9g CK:2.7g FH:1.3g SÓ:1.2g
Napi összesítés	EN: 1174.1 kcal; ZS: 43.9 g; TZS: 15.9 g; SZH: 157.5 g; CK: 34.5 g; FH: 34.3 g; SÓ: 6.7 g;	EN: 1004.2 kcal; ZS: 34.9 g; TZS: 11.9 g; SZH: 120.3 g; CK: 14.7 g; FH: 49.1 g; SÓ: 5.2 g;	EN: 965.3 kcal; ZS: 39.8 g; TZS: 10.4 g; SZH: 94.4 g; CK: 21.4 g; FH: 48.4 g; SÓ: 6.7 g;	EN: 1265.0 kcal; ZS: 53.5 g; TZS: 16.6 g; SZH: 149.3 g; CK: 32.2 g; FH: 37.0 g; SÓ: 5.9 g;	EN: 1677.3 kcal; ZS: 94.7 g; TZS: 11.9 g; SZH: 157.0 g; CK: 8.8 g; FH: 38.6 g; SÓ: 7.3 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-Szezámag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszeret tartalmaz.