

	Hétfő 06.22	Kedd 06.23	Szerda 06.24	Csütörtök 06.25	Péntek 06.26
Ebéd	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 Rakott karfiol (rizs 0) * /05 (1;3;7;) EN:222.1kcal ZS:15.1g TZS:4.3g SZH:5.8g CK:3.6g FH:14.6g SÓ:0.9g	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 Ananászos zeller saláta/ F /05 (7;9;) EN:94.3kcal ZS:1.2g TZS:0.6g SZH:17.2g CK:2.9g FH:2.2g 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 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 Grill zöldség* (rizs 0) /fél adag (7;) EN:174.0kcal ZS:14.8g TZS:1.9g SZH:5.6g CK:2.9g FH:2.4g SÓ:0.3g	Sertésragu leves* (tészta 0) EN:122.3kcal ZS:4.4g TZS:1.5g SZH:2.5g CK:1.7g FH:16.8g SÓ:1.7g Grill csirke(mellfilé) (10 dkg) EN:155.5kcal ZS:7.2g TZS:1.4g FH:21.2g SÓ:1.6g Amerikai saláta /fél adag (7;) EN:59.7kcal ZS:2.3g TZS:1.3g SZH:6.9g CK:2.5g FH:1.9g SÓ:0.8g	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 sertészelet (1;) EN:255.2kcal ZS:15.5g TZS:4.3g SZH:3.5g CK:0.0g FH:25.7g SÓ:1.7g Karalábé főzelék * /fél adag (1;7;) EN:104.7kcal ZS:4.5g TZS:1.6g SZH:12.1g CK:4.9g FH:2.8g SÓ:0.8g
Napi összesítés	EN: 357.1 kcal; ZS: 16.6 g; TZS: 4.6 g; SZH: 34.0 g; CK: 31.8 g; FH: 16.7 g; SÓ: 0.9 g;	EN: 535.7 kcal; ZS: 32.0 g; TZS: 9.5 g; SZH: 22.9 g; CK: 6.3 g; FH: 34.2 g; SÓ: 3.2 g;	EN: 615.4 kcal; ZS: 45.6 g; TZS: 10.8 g; SZH: 11.3 g; CK: 6.2 g; FH: 34.5 g; SÓ: 3.4 g;	EN: 337.5 kcal; ZS: 14.0 g; TZS: 4.3 g; SZH: 9.4 g; CK: 4.1 g; FH: 39.9 g; SÓ: 4.1 g;	EN: 413.9 kcal; ZS: 22.9 g; TZS: 6.2 g; SZH: 21.0 g; CK: 8.3 g; FH: 29.3 g; SÓ: 3.5 g;

	Hétfő 06.22	Kedd 06.23	Szerda 06.24	Csütörtök 06.25	Péntek 06.26
Ebéd	Csontleves(dieta)(betettel) * (1;3;) EN:172.3kcal ZS:6.8g TZS:1.4g SZH:19.7g CK:4.1g FH:6.8g SÓ:1.6g Főtt sertéshús(comb) EN:136.0kcal ZS:5.4g TZS:1.9g FH:20.5g SÓ:0.2g Almamártás/B (1;7;) EN:303.9kcal ZS:7.5g TZS:4.7g SZH:52.0g CK:35.9g FH:3.1g SÓ:1.0g Pirított dara (40g) (1;) EN:186.5kcal ZS:5.9g TZS:0.8g SZH:29.2g CK:0.0g FH:3.8g SÓ:1.5g 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	Köménymaglevés (1;) EN:123.3kcal ZS:5.8g TZS:0.9g SZH:14.1g CK:0.0g FH:3.1g SÓ:1.5g Pirított kenyér (1;6;) EN:48.2kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:9.6g CK:0.3g FH:1.7g SÓ:0.3g Párolt csirke(mell) (10 dkg) EN:114.0kcal ZS:2.6g TZS:0.9g FH:21.2g SÓ:1.6g 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 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 Babapiskóta 0.10 KG (1;3;) EN:408.0kcal ZS:4.3g SZH:83.2g CK:37.4g FH:9.2g	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 Natúr hal (tonhal) (1;4;) EN:177.2kcal ZS:9.9g TZS:1.4g SZH:7.1g CK:0.0g FH:14.2g SÓ:2.2g Burgonyapüre (280 g) (7;) EN:445.9kcal ZS:10.5g TZS:5.1g SZH:69.0g CK:4.6g FH:11.7g SÓ:1.7g 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 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	Sertésragu leves* (1;3;) EN:187.7kcal ZS:5.5g TZS:1.8g SZH:12.2g CK:3.4g FH:20.6g SÓ:1.7g Kölesfelfújt (3;7;) EN:583.3kcal ZS:16.8g TZS:8.4g SZH:87.4g CK:39.0g FH:18.8g SÓ:1.4g Fahéjas szórat EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g 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	Margarinaluska leves * zöld (1;3;7;) EN:217.5kcal ZS:11.6g TZS:3.8g SZH:22.6g CK:5.6g FH:4.7g SÓ:1.7g Vagdalt (diétás) (1;3;6;) EN:366.9kcal ZS:26.1g TZS:6.8g SZH:15.3g CK:0.4g FH:17.5g SÓ:2.0g Sárgarépa főzelék * (1;7;) EN:216.9kcal ZS:7.1g TZS:1.7g SZH:31.2g CK:15.1g FH:4.4g SÓ:1.9g 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 Vaniliás krémtúró 1.00 DB. (7;) EN:144.0kcal ZS:4.4g TZS:2.8g SZH:18.0g CK:13.5g FH:7.7g SÓ:0.1g
Napi összesítés	EN: 919.2 kcal; ZS: 26.1 g; TZS: 8.9 g; SZH: 124.9 g; CK: 40.8 g; FH: 38.5 g; SÓ: 5.0 g;	EN: 1172.2 kcal; ZS: 20.7 g; TZS: 3.7 g; SZH: 181.9 g; CK: 47.4 g; FH: 56.5 g; SÓ: 5.8 g;	EN: 1069.6 kcal; ZS: 26.4 g; TZS: 10.0 g; SZH: 161.4 g; CK: 52.5 g; FH: 33.0 g; SÓ: 5.6 g;	EN: 932.5 kcal; ZS: 22.8 g; TZS: 10.2 g; SZH: 133.6 g; CK: 53.3 g; FH: 43.7 g; SÓ: 3.9 g;	EN: 1065.8 kcal; ZS: 49.7 g; TZS: 15.2 g; SZH: 111.1 g; CK: 35.4 g; FH: 38.5 g; SÓ: 6.3 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-Rákkfélek; 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.

	Hétfő 06.22	Kedd 06.23	Szerda 06.24	Csütörtök 06.25	Péntek 06.26
Ebéd	Só 0 csontleves(diéta)* -Bet- (1;3;) EN:122.5kcal ZS:3.7g TZS:0.5g SZH:18.3g CK:3.0g FH:3.3g SÓ:0.1g Só 0 főtt sertéshús EN:149.6kcal ZS:5.9g TZS:2.1g FH:22.5g SÓ:0.2g Só 0 almamártás/B (1;7;) EN:251.2kcal ZS:4.5g TZS:2.7g SZH:46.8g CK:33.5g FH:2.3g SÓ:0.0g	Só 0 csurg. tojásleves (1;3;) EN:117.3kcal ZS:6.7g TZS:1.0g SZH:11.1g CK:0.0g FH:2.7g SÓ:0.0g Só 0 gombás sertéstokány (1;7;) EN:430.0kcal ZS:35.3g TZS:12.0g SZH:6.4g CK:0.7g FH:21.0g SÓ:0.2g Só 0 főtt sz.tészta (szarvacska) (1;) EN:363.7kcal ZS:10.2g TZS:1.3g SZH:57.6g CK:2.8g FH:9.8g SÓ:0.0g 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	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 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 Só 0 sült burgonya (280g) EN:558.9kcal ZS:28.3g TZS:3.0g SZH:60.7g FH:8.3g SÓ:0.0g 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	Só 0 sertésragu leves* (1;) EN:157.4kcal ZS:4.5g TZS:1.6g SZH:9.7g CK:2.0g FH:18.0g SÓ:0.2g Kölesfelfújt (3;7;) EN:583.3kcal ZS:16.8g TZS:8.4g SZH:87.4g CK:39.0g FH:18.8g SÓ:1.4g Fahéjas szórat EN:41.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:10.0g CK:10.0g FH:0.0g SÓ:0.0g 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	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 Só 0 grill csirkemell (filé) (10 dkg) EN:279.8kcal ZS:21.0g TZS:2.9g FH:21.2g SÓ:0.1g Só 0 sárgarépa főzelék * (1;7;) EN:228.9kcal ZS:7.5g TZS:1.7g SZH:32.1g CK:15.4g FH:4.7g SÓ:0.5g 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
Napi összesítés	EN: 523.3 kcal; ZS: 14.1 g; TZS: 5.3 g; SZH: 65.1 g; CK: 36.5 g; FH: 28.2 g; SÓ: 0.3 g;	EN: 1031.4 kcal; ZS: 52.7 g; TZS: 14.4 g; SZH: 99.1 g; CK: 4.4 g; FH: 37.8 g; SÓ: 1.0 g;	EN: 1313.4 kcal; ZS: 60.9 g; TZS: 14.4 g; SZH: 132.8 g; CK: 41.8 g; FH: 45.2 g; SÓ: 1.3 g;	EN: 902.2 kcal; ZS: 21.9 g; TZS: 10.0 g; SZH: 131.1 g; CK: 51.8 g; FH: 41.1 g; SÓ: 2.3 g;	EN: 749.5 kcal; ZS: 32.7 g; TZS: 5.2 g; SZH: 73.8 g; CK: 18.9 g; FH: 33.5 g; SÓ: 1.5 g;

	Hétfő 06.22	Kedd 06.23	Szerda 06.24	Csütörtök 06.25	Péntek 06.26
Gluténmentes	G.G. csurgatott tojásleves (3;) EN:131.1kcal ZS:7.6g TZS:0.6g SZH:12.8g CK:1.0g FH:2.7g SÓ:1.7g 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 Párolt rizsköret EN:387.5kcal ZS:4.9g TZS:0.6g SZH:77.5g FH:9.3g SÓ:1.5g Alma befőtt 0.08 KG EN:65.6kcal ZS:0.2g SZH:13.6g CK:12.0g FH:0.2g 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. burgonyaleves/zölds. -Bet- EN:189.5kcal ZS:5.8g TZS:0.6g SZH:29.0g CK:1.8g FH:3.0g SÓ:1.7g G.G. húsgombóc (diéta) (20 g rizs) (3;) EN:199.4kcal ZS:8.3g TZS:1.8g SZH:15.9g CK:0.0g FH:14.7g SÓ:1.6g G.G. paradicsom márt./K EN:193.5kcal ZS:5.9g TZS:0.6g SZH:32.9g CK:24.2g FH:1.8g SÓ:1.7g 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. brokkolikrémléves* (7;) EN:76.4kcal ZS:2.3g TZS:1.3g SZH:12.4g CK:2.0g FH:2.9g SÓ:1.7g G.G. papr.burgonya (hússal) gal 0 EN:877.0kcal ZS:37.0g TZS:10.9g SZH:93.7g CK:0.0g FH:31.6g SÓ:2.0g 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. sertésragu leves* EN:225.0kcal ZS:9.2g TZS:2.0g SZH:15.9g CK:2.9g FH:17.9g SÓ:1.7g G.G. káposztás kocka (PKU) EN:800.1kcal ZS:47.2g TZS:5.2g SZH:84.2g CK:0.8g FH:7.7g SÓ:1.1g 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 G.G. grill csirkecomb egész EN:387.5kcal ZS:27.8g TZS:8.6g SZH:0.3g CK:0.0g FH:31.2g SÓ:2.0g G.G. tökfőzelék * -Bet- (7;) EN:258.0kcal ZS:9.7g TZS:3.7g SZH:38.6g CK:6.8g FH:3.6g SÓ:2.1g 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
Napi összesítés	EN: 1552.3 kcal; ZS: 72.6 g; TZS: 8.8 g; SZH: 182.4 g; CK: 21.4 g; FH: 38.8 g; SÓ: 6.4 g;	EN: 757.1 kcal; ZS: 20.6 g; TZS: 3.0 g; SZH: 117.7 g; CK: 32.7 g; FH: 21.3 g; SÓ: 6.1 g;	EN: 1135.9 kcal; ZS: 40.0 g; TZS: 12.3 g; SZH: 147.6 g; CK: 9.8 g; FH: 36.5 g; SÓ: 5.8 g;	EN: 1199.7 kcal; ZS: 57.0 g; TZS: 7.3 g; SZH: 140.0 g; CK: 10.4 g; FH: 27.3 g; SÓ: 4.0 g;	EN: 950.9 kcal; ZS: 43.3 g; TZS: 12.9 g; SZH: 96.8 g; CK: 20.2 g; FH: 38.7 g; SÓ: 6.9 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.