

	Hétfő 06.22	Kedd 06.23	Szerda 06.24	Csütörtök 06.25	Péntek 06.26	Szombat 06.27	Vasárnap 06.28
<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>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>Csirkemellsonka</b> EN:54.5kcal ZS:2.3g TZS:0.7g SZH:1.0g CK:0.2g FH:7.5g SÓ:1.1g <b>Margarin</b> EN:70.0kcal ZS:7.8g TZS:2.2g SZH:0.1g FH:0.1g 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>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>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>Baromfi párizsi sajttal (7;)</b> EN:92.0kcal ZS:7.9g TZS:2.5g SZH:0.5g CK:0.3g FH:6.7g SÓ:1.0g <b>Margarin</b> EN:70.0kcal ZS:7.8g TZS:2.2g SZH:0.1g FH:0.1g SÓ:0.1g  <b>Kaliforniai paprika</b> EN:15.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:1.2g FH:0.7g 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>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>Tojásrántotta (1;3;)</b> EN:193.9kcal ZS:9.9g TZS:3.0g SZH:7.2g CK:0.4g FH:11.9g SÓ:2.0g <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>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>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>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>Paprika</b> EN:15.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:0.0g FH:0.7g SÓ:0.0g  <b>Korpás kifli (1;7;)</b> EN:297.0kcal ZS:2.5g TZS:1.1g SZH:56.0g CK:2.3g FH:10.0g SÓ:1.4g	<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>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>Sült virsli</b> EN:243.0kcal ZS:21.4g TZS:3.3g SZH:4.2g CK:0.4g FH:8.8g SÓ:1.6g <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>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>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>Fahéjas kalács (1;3;6;7;)</b> EN:298.1kcal ZS:7.4g TZS:3.0g SZH:52.0g CK:9.0g FH:8.3g SÓ:0.6g <b>Tejeskávé (1;7;)</b> EN:235.6kcal ZS:3.8g TZS:2.5g SZH:38.5g CK:36.5g FH:7.5g SÓ:0.1g	<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>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>Szalámi</b> EN:169.4kcal ZS:15.8g TZS:6.0g SZH:0.4g CK:0.2g FH:6.7g SÓ:1.2g <b>Margarin</b> EN:70.0kcal ZS:7.8g TZS:2.2g SZH:0.1g FH:0.1g SÓ:0.1g  <b>Lilahagyma</b> EN:20.0kcal ZS:0.1g SZH:4.2g FH:0.6g SÓ:0.0g
<b>Tízórai</b>	<b>Zabkeksz (1;)</b> EN:186.0kcal ZS:8.4g TZS:3.6g SZH:24.0g CK:9.8g FH:3.0g SÓ:0.5g	<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>king kréker (1;7;12;)</b> EN:181.6kcal ZS:6.1g TZS:2.6g SZH:27.5g CK:3.1g FH:3.7g 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>Csokis töltött puszedi</b> EN:150.8kcal ZS:2.8g TZS:1.6g SZH:28.2g CK:19.3g FH:3.1g SÓ:0.1g	<b>Nektarin</b> EN:39.2kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:9.1g CK:6.3g FH:0.3g SÓ:0.0g	<b>Édes keksz (1;6;)</b> EN:185.2kcal ZS:7.0g TZS:3.2g SZH:26.7g CK:7.0g FH:3.0g SÓ:0.2g
<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>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>Lecsó sertésszelet (1;)</b> EN:230.1kcal ZS:14.7g TZS:3.7g SZH:5.2g CK:0.0g FH:17.8g SÓ:2.0g  <b>Párolt rizs</b> EN:403.9kcal ZS:6.7g TZS:0.8g SZH:77.5g CK:0.0g FH:9.3g SÓ:2.0g <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>Legényfogóleves (1;7;9;)</b> EN:194.3kcal ZS:8.6g TZS:4.7g SZH:13.4g CK:1.9g FH:14.9g SÓ:2.2g  <b>Krumplis nokedli (1;3;12;)</b> EN:481.2kcal ZS:8.8g TZS:1.5g SZH:82.7g CK:0.2g FH:12.9g SÓ:2.1g  <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 fejes saláta</b> EN:37.1kcal ZS:0.3g TZS:0.0g SZH:7.0g CK:5.0g FH:1.4g SÓ:3.9g	<b>Tarhonyaleves (1;12;)</b> EN:282.1kcal ZS:8.3g TZS:3.0g SZH:41.5g CK:1.1g FH:6.6g SÓ:3.0g  <b>Kapormártás (1;7;)</b> EN:177.1kcal ZS:9.7g TZS:3.3g SZH:19.7g CK:6.8g FH:2.3g SÓ:2.0g  <b>Főtt burgonya (12;)</b> EN:253.8kcal ZS:0.5g TZS:0.0g SZH:49.7g CK:0.0g FH:8.6g SÓ:4.9g  <b>Sült csirkecomb (egytálétel)</b> EN:603.0kcal ZS:41.5g TZS:13.8g SZH:0.6g CK:0.4g FH:52.3g SÓ:6.2g	<b>Zelleres burgonyaleves (1;9;12;)</b> EN:190.5kcal ZS:6.8g TZS:0.7g SZH:26.3g CK:0.0g FH:3.7g SÓ:2.1g  <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>Rakott kelkáposzta sertés (1;7;)</b> EN:593.4kcal ZS:23.9g TZS:8.1g SZH:68.0g CK:2.6g FH:25.2g SÓ:2.3g	<b>Zöldséges gombaleves (9;12;)</b> EN:48.4kcal ZS:1.0g TZS:0.1g SZH:6.5g CK:0.5g FH:2.8g SÓ:2.1g  <b>Rántott hal (1;3;4;7;)</b> EN:846.0kcal ZS:58.2g TZS:7.1g SZH:55.8g CK:3.5g FH:22.4g SÓ:4.1g  <b>Petrezselymes rizs</b> EN:379.7kcal ZS:4.0g TZS:0.5g SZH:77.6g CK:0.0g FH:9.4g SÓ:3.0g  <b>Tartármártás (3;7;10;)</b> EN:184.5kcal ZS:16.0g TZS:6.1g SZH:6.5g CK:5.9g FH:1.6g SÓ:0.4g	<b>Zöldségleves vajgaluskával (1;3;7;9;12;)</b> EN:111.8kcal ZS:3.7g TZS:1.3g SZH:15.8g CK:0.7g FH:3.4g SÓ:3.2g  <b>Sült kolbász karika</b> EN:293.4kcal ZS:29.4g TZS:10.4g SZH:1.3g CK:0.1g FH:6.0g SÓ:1.3g  <b>Zöldbabfőzelék (1;7;)</b> EN:298.3kcal ZS:13.9g TZS:4.9g SZH:33.7g CK:4.9g FH:8.2g 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>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>Almás sült csirkecomb</b> EN:390.2kcal ZS:26.0g TZS:8.4g SZH:4.6g CK:1.3g FH:31.6g SÓ:3.8g

## Uzsonna

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-Szezám; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszer tartalmaz.



	Hétfő 06.22	Kedd 06.23	Szerda 06.24	Csütörtök 06.25	Péntek 06.26	Szombat 06.27	Vasárnap 06.28
<b>Uzsonna</b>	<b>Sárgadinnye</b> EN:60.0kcal SZH:14.3g CK:2.3g FH:0.4g	<b>CornJoy sós</b> EN:89.0kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:18.5g CK:0.3g FH:1.7g SÓ:0.4g	<b>Nektarin</b> EN:39.2kcal ZS:0.2g TZS:0.0g SZH:9.1g CK:6.3g FH:0.3g SÓ:0.0g	<b>Töltött kukorica rúd (5;6;7;8;)</b> EN:98.6kcal ZS:5.8g TZS:2.4g SZH:10.1g CK:6.1g FH:1.1g 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>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>Tejbedara (1;7;)</b> EN:461.5kcal ZS:8.9g TZS:5.9g SZH:75.8g CK:39.3g FH:13.4g SÓ:0.4g	<b>Gyros Grill csirkemell</b> EN:144.6kcal ZS:5.4g TZS:1.2g SZH:1.0g CK:0.6g FH:21.4g SÓ:0.7g	<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>Túrós batyu - házi (1;3;7;)</b> EN:709.3kcal ZS:15.1g TZS:4.8g SZH:114.7g CK:40.3g FH:21.5g SÓ:0.1g	<b>Padlizsánkrém (3;10;)</b> EN:142.1kcal ZS:11.8g TZS:1.4g SZH:6.5g CK:2.1g FH:1.2g SÓ:2.5g	<b>Kapros túrókrém (7;)</b> EN:166.7kcal ZS:16.0g TZS:7.8g SZH:1.1g CK:1.1g FH:4.9g SÓ:1.0g	<b>Mini jam 2db</b> EN:121.5kcal SZH:29.0g CK:25.5g
	<b>Kakaósórat</b> EN:120.8kcal ZS:2.1g TZS:1.3g SZH:21.3g CK:20.1g FH:2.2g SÓ:0.2g	<b>Majonézes kukoricasaláta Rend. (3;7;10;12;)</b> EN:413.6kcal ZS:28.3g TZS:8.6g SZH:25.0g CK:13.0g FH:11.4g SÓ:2.3g	<b>Margarin</b> EN:70.0kcal ZS:7.8g TZS:2.2g SZH:0.1g FH:0.1g SÓ:0.1g	<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>Kaliforniai paprika</b> EN:15.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:1.2g FH:0.7g SÓ:0.0g	<b>Zala felvágott</b> EN:120.0kcal ZS:10.0g TZS:4.0g SZH:1.1g CK:0.3g FH:6.5g SÓ:1.1g	<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>Paradicsom</b> EN:11.5kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.0g CK:1.3g 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-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-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. \* - édesítőszeret tartalmaz.